

मैं दो अचल तटों के मध्य चल प्रवाह को देखता हूँ तब मेरी दृष्टि स्थूल वे सहारे सूक्ष्म को अग्रगण्य लेती है। तट की सृष्टि चल प्रवाह ने की है। यदि अचल के मध्य में कोई चल नहीं होता तो तट दो नहीं होते। जीवन्त का हर तट किसी प्रवाह के द्वारा सृष्टि होता है। अन्न, ऊष्म प्रवाह आधा के तटों से सूर्योदित है—यदि कोई भी दीप प्रज्वलन और निर्दीपण की मर्यादा से मुक्त नहीं है। पुष्प के अस्तित्व की सीमा उच्छ्वसन और निश्चसन ही नहीं है। हर वस्तु का अर्थात् उन्मेष और निमेष के क्षण भी शेष रहता है। उर्मियों का उत्पन्न और प्रशान्त होना जल का उत्पन्न और प्रशान्त होना नहीं है। जल की सत्ता उर्मियों की सत्ता के पूर्व और पश्चात् भी है।

तट दो प्रवाह एक

तट दो

---

प्रवाह एक

---

मुनि नथमल

---

आदर्श साहित्य संघ

प्रकाशक

कमलेश चतुर्वेदी

आदर्श साहित्य संघ

बुरु रात्रस्थान

मूल्य २ २५

## प्राथमिकी

मैं दो अचल तटों के मध्य चल प्रवाह को देखता हूँ तब मेरी दृष्टि स्थूल के सहारे सूक्ष्म को अचगाह लेती है। गट की मृष्टि चल प्रवाह ने की है। यदि अचल के मध्य में कोई चल नहीं होना तो तट दो नहीं होने। जीवन का हर तट किसी प्रवाह के द्वारा मृष्ट होता है। ज्ञान का प्रवाह माया के तटों से मर्षादित है। कोई भी दीप प्रखलन और निर्वाण की मर्षादा में मूक्त नहीं है। पुष्प के अस्तित्व की मोमा उच्छ्वसन और निश्चसन ही नहीं है। हर वस्तु का ध्रुवाश उन्मेष और निमेष के बाद भी शेष रहता है। उर्मियों का उत्पन्न और प्रशान्त होना जल का उत्पन्न और प्रशान्त होना नहीं है। जल की मत्ता उर्मियों की मत्ता के पूर्व और पश्चात् भी है।

हयारी मूर्त दृष्टि का पारदर्शी स्फटिक शब्द है। उममे सत्य प्रतिबिम्बित होता है। देश और काल के व्यवधान में शब्द-राशि ने जित्त सत्य का प्रतिबिम्ब ग्रहण किया है, उममे अपूर्व साम्य है। उम साम्य-संज्ञन से ही मैं अभिम्बित की दिशा में गतिशील हुआ हूँ।

दो देशों और कालों में भी श्रुत का प्रवाह एक गृह है। इम अनेकतागत एकता ने मानवीय विकास को बहुत गति दी है। अनेकता और एकता के नैर्नगिक योग में मैं किन्ती एकता अभाव हुआ ही का भाव

नहीं हो सकता। दो तटों के मध्य में प्रवाहित होना ही एकता है और अपनी मुजाबों से प्रवाह का आरंभ किए रहना अनेकता है।

मैं एकता को अनेकता के भुज पाश से आवद्ध पाता हूँ इसीलिए हर काम में आचार्यजी तुलसी का आगेवाँद देखता हूँ और उनसे चरणों में कृतज्ञता के दो पुष्प उपहृत करता हूँ।

मैं अनेकता को एकता से सबलित पाता हूँ इसीलिए आरंभिक भावा को अनात्मिक जगत् में सप्रथित करता हूँ। इस सप्रेरण काय में मुनि दुलहराजजी का भी योग है। मैं अचल और चल के योग में अनुयोग देखता हूँ वही मेरे समाधान की पृष्ठभूमि है।

बोधपुर

२५ मार्च १९६७

—मुनि नयमल

## अनुक्रमणिका

१	सकुलता	१
२	निर्णय	३
३	दर्शन और बुद्धिवाद	४
४	जीवन और दर्शन	७
५	समाज-व्यवस्था में दर्शन	११
६	जीवित धर्म	१६
७	राष्ट्र-धर्म	१७
८	एकता की समस्या	१९
९	अभय की शक्ति	२२
१०	अस्तित्व का प्रश्न	२६
११	एशिया में जनतंत्र का भविष्य	२९
१२	लोकतन्त्र और नागरिक अनुशासन	३३
१३	युद्ध और अहिंसा	३६
१४	अहिंसा की सफलता या विफलता	४१
१५	सह-अस्तित्व	४४
१६	जीव का तर्कहीन अस्तित्व	४६
१७	जीव का अस्तित्व विज्ञान और समाधान	५०

१८	यदि मनुष्य क्रूर नहीं होता	२५
१९	जीवन के नये मूल्य	५८
२	मानव मन की परिधि	६२
२१	सुख और गान्ध	६४
२२	विस्मृति का वरदान	६८
२३	पूण और अपूण	७
२४	आकाश की उड़ान भारत को घुनीठी	७१
२५	विचार प्रवाह	७३
२६	चिर सत्यो की अनुस्यूति	७५
२७	स्वतन्त्रता और आत्मानुगासन	७७
२८	जीवन विकास के मूल	७९
२९	अणु-अस्त्र और मानवीय बहिष्कोण	८१
३	योग	८४
३१	कायोत्सव	९४
३२	ब्रह्मचर्य	९८
३३	ब्रह्मचर्य का शरीर गान्धीय अध्ययन	१३
३४	वासना विजय	११०
३५	विभूषा	११३
३६	आत्म-दमन	११६
३७	अकाल मृत्यु	११९
३८	जीवन परिवर्तन की नयी दिशा	१२१



## सकुलता

सकुलता से मुक्त कौन है ? और सकुलता कहा नहीं है ? बाजार में चले जाइए । दूकानों की लम्बी पक्ति है । एक वस्तु की अनेक दूकानें हैं । कहा से क्या लिया जाए, इसका निर्णय व्यक्ति को ही करना होगा ।

राजनीति के क्षेत्र का स्पर्श करिए । अनेक दल हैं । सबके पास खुणहाली के घोषणा-पत्र हैं । किसकी सदस्यता स्वीकार की जाए, इसका निर्णय व्यक्ति को ही करना होगा ।

चिकित्सा का क्षेत्र भी ऐसा ही है । अनेक प्रणालियाँ हैं । उनके अधिकारियों के पास रोग-मुक्ति का आश्वासन है । किसकी शरण लें, इसका निर्णय व्यक्ति को ही करना होगा ।

ये सब अनेक हैं इसलिए बुद्धि को कष्ट देना पड़ता है । यदि सब एक हो जाए तो निर्णय करने का प्रयास क्यों करना पड़ता ?

एक बार भोज ने ऐसा ही सोचा और छहों दर्शनो के प्रमुखों को कारागार में डालकर जेलर को आदेश किया कि उन्हें तब तक भोजन न दिया जाए जब तक वे सब एकमत न हो जाए ।

यह बात सूर्याचार्य के कानों तक पहुँची । वे भोज की सभा में गए और गुजरात लौट जाने की अपनी इच्छा व्यक्त की और साथ ही पूछा— राजन् ! बहा जाने पर मेरे आचार्य बारा नगरी के द्वारे में पूछेंगे । मैं उन्हें प्रामाणिक जानकारी दे सकूँगा यदि आप मुझे सही-सही जानकारी दें ।

राजा भोज ने गर्वोन्नत भाव से कहा—मुनिवर ! मेरी नगरी में चौरासी राजप्रासाद हैं, चौरासी बड़े बाजार हैं । प्रत्येक बाजार में भिन्न-भिन्न वस्तुओं की चौबीस-चौबीस बड़ी दूकानें हैं ।

सूर्याचार्य बीच में ही बोल उठे—अलग-अलग दूकानें क्यों ? अच्छा हो, सबको मिलाकर एक कर दिया जाए ।

भोज ने कहा—भला यह कैसे हो सकता है ? आप कल्पना कीजिए दूकान एक हो तो कितनी भीड़ हो जाए। लोगो की भिन्न भिन्न आवश्यकताओ को कौन कैसे पूरा करे ? आप मुनि है, व्यापार की कठिनाइयो को क्या जान ?

सुराधाय ने कहा—यही तो मैं कहना चाहता हू कि आप शासक है दर्गानो की सुझमताओ को आप क्या जान ? जिन दूकानो पर आपका अधिकार है उन्हे भी आप एक नहीं बना सकते तो भला जन रुचि के विभिन्न स्रोतो को एक कैसे कर सकने ?

राजा चिन्तन की गहराई मे डबकी लगाए बिना नहीं रह सका। मब दार्शनिक अब अपने-अपने विचार-प्रसार मे स्वतंत्र थे।

एक भाई ने पूछा — निर्णायक हम स्वयं ह, फिर उमको क्यों मानें ।  
 मैंने कहा—गुरु को उन्नीलिए मानते हैं कि हम स्वयं निर्णायक हैं । हमें जो  
 अपने से बड़ा लगता है, उसी को हम गुरु मानते हैं, उसे गुरु नहीं मानने  
 जो हमें अपने से छोटा लगे ।

शब्दों की दुनिया में कहा जाता है—हम आप्त-वाणी को मानते हैं,  
 शास्त्रों को मानते हैं, गुरु को मानते हैं आदि-आदि । पर मचाई यह है कि हम  
 अपने आपको मानते हैं । अपनी बुद्धि को मानते हैं । अपनी रुचि को मानते  
 हैं । सस्कारों को मानते हैं ।

यह जगत् सकुलता में भरा है । शब्द एक है, अर्थ अनेक । एक पाठ के  
 अनेक आचार्यों ने अनेक अर्थ किए हैं । किसे मान्य किया जाए ? हमका  
 निर्णय आगम नहीं करते, हम स्वयं करते हैं । बड़ा आगम का प्रामाण्य नहीं  
 होता, वहा प्रमाण बनती है हमारी अपनी बुद्धि । गुरु जो व्याख्या देते ह, उसे  
 भी हम अपने सस्कारों और रुचि के अनुरूप ढालन का यत्न करते हैं । उसमें  
 बले तो ठीक नहीं तो उसे हृदय से मान्यता नहीं देने । वाणी किसी सर्वज्ञ  
 की हो या असर्वज्ञ की, सिद्धान्त किसी सर्वज्ञ का हो या असर्वज्ञ का, वह  
 हमारा होकर ही मान्यता प्राप्त कर सकता है, अन्यथा नहीं । जो बात  
 हमारी समझ में आती है, उसे हम प्रत्यक्ष मान्यता देते हैं और जो बात  
 हमारी समझ में नहीं आती, उसे हम श्रद्धा से मान्य करते हैं । श्रद्धा और  
 क्या है ? हमारी ही बुद्धि का निर्णय है । हमने मान लिया कि अमुक  
 व्यक्ति की बात मिथ्या नहीं हो सकती, हमारी समझ अंधूरी हो सकती  
 है । इसलिए उसकी सब बातें हम मान्य कर लेते हैं भले फिर वे समझ में  
 आए या न आए । श्रद्धा हमारी बुद्धि का स्थित-पक्ष है । इसका अर्थ यह  
 नहीं कि समझ से परे जो भी हो उसे आस मूढ़कर मान्य कर लें किन्तु  
 इसका अर्थ यह होना चाहिए कि जो समझ से परे हो वह समझ का विषय  
 बने उतना वैयं रहें । सत्य-जिज्ञासा की लौ बुझ न पाए, आप्रह का भाव  
 बच न पाए ।

## दर्शन और बुद्धिवाद

जीवन के प्रति हमारा जो दृष्टिकोण है वह खिखला है और स्पून है। इसका कारण यही है कि हम दर्शन को उतना महत्त्व नहीं देते जितना बुद्धि को देते हैं। दशन हमारा प्रत्यक्ष है और बुद्धि परोक्ष। दर्शन में कोरी यथायता है सजावट नहीं। बुद्धि में यथायता की अपेक्षा सजावट अधिक है। दर्शन का मार्ग ऋजू है, बुद्धि का घुमावदार। मनुष्य बहुत बार सजावट और घुमाव को अधिक पसन्द करता है इसीलिए वह बुद्धिवादी बनना चाहता है, दार्शनिक नहीं। सब तो यह है कि आज का दार्शनिक भी बिरा बुद्धिवादी है। जो बुद्धि के सहारे तत्त्वों का विश्लेषण करता है, जगत् के अस्तित्व की व्याख्या करता है वह दार्शनिक नहीं है किन्तु बुद्धिवादी है। दार्शनिक वह होता है जो अपने दर्शन या प्रत्यक्ष ज्ञान के सहारे तत्त्व निरूपण करे विश्व की व्याख्या दे। जो अग्नि को प्रत्यक्ष देखता है, उसके लिए हेतु या तर्क आवश्यक नहीं होता। वह उसी के लिए आवश्यक होता है जो अग्नि को धूप के द्वारा जानता है। दार्शनिक के लिए तर्क या बुद्धि का उपयोग नहीं है। वह प्रत्यक्षदर्शी होता है। जो इनका उपयोग करता है वही सही अर्थ में दार्शनिक नहीं है किन्तु बुद्धिवादी है। आज दर्शन सभ्य का अर्थ-परिवर्तन हो गया है। परोक्षदर्शी लोगो ने दर्शन की व्याख्या की वह बुद्धि के द्वारा की इसलिए दर्शन बुद्धिवाद का माया-बाल बन गया।

क्रोध अभिमान माया और मोह—ये चिन्तन के आन्तरिक दोष हैं। ये देश काल और भाषा भेद के अनुसार बुद्धि द्वारा समर्पित भी हैं। बुद्धि के अस्तित्व का इन जैसा सुदृढ़ स्तम्भ दूसरा कोई नहीं है। क्रोध अभिमान माया और मोह ये क्षीण होते हैं सब दर्शन का प्रारम्भ होता है। शास्त्र की भाषा में जहाँ बुद्धि का अन्त होता है, वहाँ दर्शन का प्रारम्भ होता है।

बुद्धि भौतिक बन्तु है और दर्शन आध्यात्मिक । जो आत्मा और उनके अनन्य चैतन्य में विश्वास नहीं करता, उनके लिए दर्शन बुद्धि का पर्याय-वाची होता है । आत्मवादी के लिए इनमें बहुत बड़ा अन्तर है—बुद्धि ज्ञान और समीप होती है दर्शन अन्तर्गत और असीम ।

ये कई मिथों की ऐसी मान्यता है कि पहलें शारीरिक ज्ञान विकसित हुआ फिर धर्म की उत्पत्ति हुई । किन्तु मैं ऐसा नहीं मानता । मैं धर्म को दर्शन का माध्यम मानता हूँ । धर्म में दर्शन की उत्पत्ति होती है किन्तु दर्शन में धर्म की उत्पत्ति नहीं होती । धर्म हमारी प्रत्यक्ष चेतना का विकास है जो धर्म उनका माध्यम । जब तक हमारा धर्म अज्ञान होता है तब तक हमारे लिए दर्शन और धर्म भिन्न होते हैं । जब हम पूर्ण इच्छा बन जाते हैं तब हमारा धर्म हमारे दर्शन में विलीन हो जाता है वह माध्यम जो माध्यम का भेद समाप्त हो जाता है । भावना-ज्ञान में जो माध्यम होता है वह मिथि-ज्ञान में स्वभाव बन जाता है । दर्शन की भावना करने समय धर्म हमारा माध्यम होता है जो उनकी निधि होने पर धर्म हमारा स्वभाव बन जाता है—हममें अभिन्न हो जाता है । जिन दर्शन की धर्म चर्चा की है उनमें स्व-दर्शन या आत्म-दर्शन कहा जा सकता है । उनके अनिश्चित जैन बौद्ध और वैदिक आदि जिनमें दर्शन है वे धर्म पर-दर्शन हैं अर्थात् बुद्धि द्वारा गृहीत दर्शन है । मानस की भाषा में जो दर्शन धर्म द्वारा प्राप्त होता है वह स्व-दर्शन होता है और जो बुद्धि द्वारा प्राप्त होता है वह पर-दर्शन होता है । स्व-दर्शन में आत्मा प्रकाशित होती है और पर-दर्शन में पर-दर्शन का विकास होता है ।

आत्मा का स्पर्श करने हुई हमारी जो आत्मा है ज्ञान और तन्मयता है, वही धर्म है । इनो धर्म की आशयता में दर्शन का उदय होता है । जो लोग इन आत्म-अज्ञान का स्पर्श नहीं करते उनमें बौद्धिक विकास प्रकृत हो सकता है पर दर्शन का उदय नहीं होता ।

दर्शन प्रत्यक्ष होता है आभास में मुक्त होता है । बुद्धि में आभास होता है, मनोर भी होता है और विपर्यय भी होता है । बुद्धि हमारा अस्थिर समावापक माध्यम नहीं है, वह कामचलाऊ अस्थिर है । उसके निष्कर्ष अमेक द्वारा ही निकलते हैं । स्पृष्टन में गुणव्याकरण के निदान की स्या-

प्रकाश नहीं दिखाई देता । अनन्त परमाणु चक्कर लग रहे हैं पर दिखाई नहीं देते ।

जहाँ समानाभिहार होता है वहाँ आँखों से नहीं देखा जा सकता है । हजारों मन धान में सरसों का एक बीज यदि डाल दिया जाए तो वह होते हुए भी दिखाई नहीं पड़ता । इसीलिए हमारे ऋषियों मुनियों तथा वाचनिकों ने कहा—आपका देखना अधूरा है । एक सड़क हमारे सामने है । यदि हम उसे दूर से देखते हैं तो वह केवल पतली-सी काली रेखा के समान ही दिखाई पड़ती है । यह दर्शन है ही नहीं । यह सही है कि दशन का अर्थ देखना होता है परन्तु देखना वही है जहाँ आँखें मूढ़कर देखा जाए ।

दर्शन का अर्थ है साक्षात् । जो मन को एकाग्र कर देखने का प्रयास करते हैं, वही सही देखना है । जहाँ दूरी सूक्ष्मता देखने में बाधक नहीं बनती वही देखना है । भगवान् महावीर ने एक जगह कहा है—ओ मनुष्य क्रोध मान लोभ पर विजय प्राप्त कर लेता है वह परमात्मा को प्राप्त कर लेता है । जब हम अपने आप में देखते हैं तब दशन पूरा हो जाता है । जहाँ चित्त को अपने आप में केन्द्रित किया जाता है वही है दशन । शेष सब तक का मायाजाल । यह सरल तो बहुत है परन्तु इसे पाने में कठिनाई होती है पर जिन्होंने बौद्ध प्रयत्न किया उन्हें मिला भी अवश्य । एक व्यक्ति सोते के पास खड़ा है । वह देखता है कि एक हिरणी पाव से लग जाती हुई आती है और सोते में पाव कुछ देर तक रखने के बाद पुन वापस चली जाती है । तीन दिनों तक यही क्रम चलता रहा और चौथे दिन हिरणी बिलकुल स्वस्थ हो गई । उस मनुष्य ने देखने का यत्न किया और उसी से प्राकृतिक चिकित्सा का जन्म हुआ । एक मनुष्य बीमार है । वह देखता है कि एक बच्चा ला-ला का उच्चारण करता हुआ जोरों से सास ले रहा है । उसने देखने का प्रयत्न किया उससे स्वर चिकित्सा (ट्युनो पथी) का जन्म हुआ । जिस किसी ने भी देखने का प्रयत्न किया शायद कभी ध्येय नहीं गया । बड़े-बड़े कहानीकार कलाकार आदि जिन्होंने भी इतनी सफलता प्राप्त की उन्होंने एकाग्रता से देखने का प्रयत्न किया था । महाकवि कालिदास ने अभिज्ञान शाकुन्तल का ऐसा सृजन किया है जिसे

उसने सोचा— बहु स्याम् वह बहुत हो गया। मनुष्य कभी जगल में रहता था। उस स्थिति से ऊबकर वह गाव में आया। अब वह गाव में भी जगल ला रहा है। नई दिल्ली में मैंने देखा—एक कोठी जगल से घिरी है मनुष्य की जो चिरपरिचित आदत है, वह अभी नहीं छूटी है। इसीलिए वह गाव में भी जगल ला रहा है।

एक समय लोग दाढ़ी और मूछ रखते थे। बीच में सफाई का युग आया और अब पुन दाढ़ी मूछ का युग आ रहा है। यह आवर्तन और प्रत्यावर्तन होता ही रहता है।

सापेक्षता से ही समाज बनता है। समाज और समाज में यही तो भेद है। पशुओं का समूह समाज कहलाता है और समाज उन मनुष्यों का समूह होता है जिनमें सापेक्षता होती है। समाज ही और सापेक्षता न हो वह समाज नहीं अस्थिर-सथात मात्र है। समाज का आधार है परस्पर बलध्वन परस्पर-सहयोग। समाज में व्यवस्था का जन्म होता है। व्यवस्था भली भाँति चले इसलिए शासन आता है। सापेक्षता व्यवस्था और शासन—ये तीन व्यवस्थाएँ जहाँ हाँ वहाँ दस आदमी मिलने पर भी समाज बन जाता है, अन्यथा लाख आदमी होने पर भी समाज नहीं बनता।

दर्शन शब्द का अर्थ विस्तार हुआ है। एक समय आत्मोपलब्धि और सत्य के साक्षात्कार को दर्शन कहा जाता था। द्रष्टा की प्रत्यक्ष अनुभूति के लिए दर्शन शब्द व्यवहृत होना था पर आज परोक्षानुभूति में भी वह व्यवहृत होने लगा है।

व्यक्ति सामाजिक होने पर भी व्यक्ति है ही इसलिए वह समाज में रहते हुए भी निरपेक्षता चाहता है और शासनहीन राज्य की कल्पना करता है, वह अस्वाभाविक भी नहीं है। निरपेक्षता से मुक्त सापेक्षता और सापेक्षता से मुक्त निरपेक्षता ही नहीं सकती। जो कोई भी सत् है वह सत्-प्रतिपक्ष है। प्रकाश और अंधकार याय और अन्याय आरोग्य और रोग ये सब सत् प्रतिपक्ष हैं। अकेला शब्द शून्य होता है। सामाजिक प्राणी सबका निरपेक्ष हो ऐसा हो ही नहीं सकता। और यह भी असम्भव है कि व्यक्ति का स्वतंत्र अस्तित्व ही और यह सबका सापेक्ष ही ही। निरपेक्षता को न जानने वाला गान्धि का मर्म जान ही नहीं पाता। अहिंसा

अपरिग्रह और सबाई—ये मंत्र निरपेक्षता के ही परिणाम हैं।

एक दल या सम्प्रदाय के लोग भाव रखते हैं। वे मापेक्ष ही हो और निरपेक्ष न हो तो कलह हो जाता है। एक बड़े परिष्कार वाले व्यक्ति में मैंने पूछा—आपका परिवार इनना बड़ा है, कैसे एक भाव रह गये हैं ? उनमें उत्तर दिया—बहुन कुछ महा है, अन्यथा कभी में अलग-अलग चून्क जन जाते। सन्तुलन के लिए मापेक्ष के भाव निरपेक्ष भाव हो—यही दर्शन की देन है।

व्यवस्था समाज के लिए आवश्यक है, वैसे अव्यवस्था भी। गति और प्रगति के लिए अव्यवस्था आवश्यक है। स्कन्ध भी मघान और भेद में बनता है, केवल सघात ही हो तो मारा विष्व विष्व बन जाए। शाय की पाका अणुलियों का विष्व एक हो जाय तो उनकी कोई उपयोगिता नहीं रह सकती। मिन्नता में ही उनकी उपयोगिता है। कोरे भेद में भी काम नहीं चलता। अणु-अणु विस्तर जाय तो जीवन धूमर बन जाए। सघात और भेद में स्कन्ध बनता है, वही हमारे लिए उपयोगी होता है। अव्यवस्था का अर्थ है—अवस्था। कोरी व्यवस्था में समाज जड़ बन जाता है, क्योंकि व्यवस्था कृत है, नैसर्गिक नहीं। नैसर्गिकता स्वयं अवस्था बन जाए तब व्यवस्था की आवश्यकता ही न रहे।

शासन-प्रणाली भी जायी है। समाज में उसे आवश्यक माना और वह आ गई। एक समय अनुष्य में शासन की कल्पना की, राज्य बन गया, शासक बन गए। मार्कम की अन्तिम कल्पना है—शामन-मुक्त राज्य ही। यह कल्पना मार्कम की नहीं है। जैन आगमों में 'अह इन्द्र' का उल्लेख है। बहुत सब इन्द्र है, कोई भेदक या पदाति नहीं। प्रेष्य और प्रेषक भाव भी नहीं है। वह शासनमुक्त समाज का चिह्न है। किन्तु वे 'अह इन्द्र' इसलिए हैं कि उनके कोष, मान, माया और लीम लीष हैं, स्वभाव में वे सन्तुष्ट हैं। शासनमुक्त राज्य के लिए ये अनिवार्य अपेक्षाएँ हैं।

स्वाधीनता दर्शन की बहुत बड़ी देन है। सब लोग विचारों की स्वतन्त्रता चाहते हैं, लैखन और वामी की स्वतन्त्रता चाहते हैं। स्वतन्त्रता का घोष प्रबल है। कोई पराधीनता नहीं चाहता। राजा शब्द इतिहास और मन्त्रकोश का विषय बन गया है, वैसे ही नोकर शब्द भी अतीत की वस्तु



बनना जा रहा है। इसका अर्थ है कि निरपेक्षता आ रही है। सापेक्ष की कड़ी टूटने पर कोई बड़ी हानि नहीं व्यवस्था न रहे तो कोई दोष नहीं शासन न रहे तो कोई आपत्ति नहीं यदि स्व-शासन आ जाए। स्व शासक न शासन से शासित होता है और न शासन से मुक्त। कुसले पुण नो बड नो मुक्के — कुशल वह है जो न बड होता है और न मुक्त। एक ही व्यक्ति जो न बधा हुआ हो और न मक्त हो यह कैसे हो सकता है ? शासन छोटा नहीं जा सकता। शासन नहीं बहा प्राण नहीं। कोई भी अप्राण रहना नहीं चाहता—इसलिए आत्मानशासन आता है। कुशल इसलिए है कि वह पर शासन से बड नहीं है और आत्मानशासन से मुक्त नहीं है।

आत्मानशासन के मनोभाव को विकसित करना आवश्यकता है। कही भी देखा जाय ईर्ष्या है, स्पर्धा है, एक-दूसरे को नीचे गिराने का भाव है और असहनशीलता है। समाज में जहां सापेक्षता है वहां ऐसा क्या होता है यह आज भी एक प्रश्नचिह्न बना हुआ है।

साम्यवादी शासनमक्त समाज की कल्पना लेकर चलते हैं। वहां क्या होना है ? अपनी सुरक्षा और अपने प्रतिस्पर्धी का पतन। एक ओर शासन मुक्ति की कल्पना दूसरी ओर इतना स्वाय-सघष यह दशन की दूरी नहीं तो और क्या है ?

व्यक्ति ने मान लिया उत्कप हो तो मेरा हो। मुख्य या शक्तिशाली मैं ही बनू। यह व्यक्तिवादी मनोवृत्ति ही सामाजिकता को वास्तविकता नहीं बनने देती किन्तु आत्मानशासन का विकास होने पर व्यक्ति व्यक्ति रहकर भी असामाजिक नहीं रहता।

व्यक्ति में जो स्व की सीमा है, उसे न समझकर वह अपने में पर का आरोप कर लेता है। सकान्ति बेला में प्रत्येक वस्तु छोटी सीखती है। विशाल वस्तु भी दपण में समा जाती है। व्यक्ति भी सोचता है सारी सृष्टि मुझमें समाहित हो जाए पर ऐसा सोचनेवाला समय के निकट नहीं पहुंच पाता।

व्यक्ति समुद्र है। राग-द्वेष की उमिर्षा उसमें कलनोले कर रही है। वहां सत्य-दशन नहीं होता। इन उमियो से ऊपर आने वाले की ही दृष्टि स्पष्ट हो सकती है भीतर रहने वाले की नहीं।

समाजवादी प्रणाली में भी मनुष्य कुछेक व्यक्तियों में केन्द्रित हो गई है। जनता अपने को असहाय-ही अनुभव करती है। अपना व्रत लेकर चलने वाले कभी अज्ञान नहीं होते।

शस्त्र शब्द में प्राणशक्ति की कल्पना है पर वह वास्तविक नहीं। शोषण आयुध रखने वाले भी मग्न हैं।

दशाणुद्वय अपना ठाट-धाट लेकर भगवान महावीर के दर्शन के लिए चला। इन्द्र ने सेना की रचना की। राजा पराजित हो गया, प्राण अघाण की अनुभूति करने लगा क्योंकि वह पर की सीमा में चला गया था। अंत में वह भगवान की शरण में आया और विजयी बन गया। अब इन्द्र पैरा में आ खड़ा।

जो पर-शासन में पराजित हो गया, वह स्व-शासन में आ विजयी बन गया। समाज में रहने वाले स्व की सीमा में चले। इस स्व-शासन का विकास होने पर समाज में व्यवस्था नहीं होगी किन्तु एकविधेय व्यवस्था होगी। नियम कृत्रिम नहीं होगा, किन्तु सहज होगा। श्रेय का मूल भय नहीं होगा किन्तु कृतव्यतिष्ठता होगी।

## जीवित धर्म

मैं धर्म की उपासना करता हूँ पर उसकी नहीं करता जो मृत है—मैं उसकी उपासना करता हूँ जो जीवित है। जीवित वही है जिसका वर्तमान पर अधिकार है। अतीत असत होता है इसलिए कि वह अपना कार्य कर चुकता है। भावी इसलिए असत् होता है कि वह कार्यक्षम नहीं होता। सत् वर्तमान है। उसकी उज्ज्वलता से मृत चमकता है और भावी बनता है।

तम जीवित रहना चाहते हो तो कोरे अतीत के गीत मत गाओ। कोरी कल्पना की उड़ान मत भरो। आज क्या करना प्राप्त है इसे सोचो दो क्षण गहराई से सोचो।

तुम सहिष्णु हो अनुशासित हो स्थिरचेता हो परिवर्तन की मर्यादा को जानते हो तो तुम जीवित हो तुम्हारा धर्म जीवित है वर्तमान पर तुम्हारा अधिकार है और तुम्हारा वर्तमान उज्ज्वल है।

अपनी भूलों को देखने सुनने स्वीकार करने और उनका परिमार्जन करने में तुम लम हो तो तुम जीवित हो तुम्हारा धर्म जीवित है, वर्तमान पर तुम्हारा अधिकार है और तुम्हारा वर्तमान उज्ज्वल है।

दूसरों की अच्छाइयों को देखने सुनने स्वीकार करने और अपनाने में तुम लम हो तो तुम जीवित हो तुम्हारा धर्म जीवित है, वर्तमान पर तुम्हारा अधिकार है और तुम्हारा वर्तमान उज्ज्वल है।

धर्म इसीलिए जीवित तत्त्व है कि उसमें वर्तमान उज्ज्वल होता है। वह इसीलिए शाश्वत तत्त्व है कि उसमें वर्तमान सदा उज्ज्वल होता है।

## राष्ट्र-धर्म

धर्म व्यक्तिगत होता है। वह सामाजिक या राष्ट्रीय नहीं होता। जो सामाजिक या राष्ट्रीय होता है, वह धर्म का सन्धान हो सकता है, धर्म नहीं। धर्म का अर्थ है, आत्मा की पवित्रता। वह वैयक्तिक ही हो सकता है।

कर्तव्य राष्ट्रीय हो सकता है। उसका अर्थ है नीति को क्रियान्वित करना। उसका सम्बन्ध आत्मा की पवित्रता से नहीं है, किन्तु दायित्व से है।

नीति भी राष्ट्रीय हो सकती है। वह सामाजिक जीवन जीने की पद्धति है। समूचे समाज या राष्ट्र के लिए अनन्तता उसे निश्चित करती है। वह व्यक्तिगत बुद्धि या इत्ति के आधार पर नहीं बनती, किन्तु अनन्तता के सामूहिक हितों के आधार पर निश्चित होती है।

कर्तव्य धर्म हो सकता है पर वह धर्म ही है, वह नहीं होता। नीति धर्म हो सकती है पर वह धर्म ही है, वह नहीं होता। इसका फलित अर्थ यह है कि धर्म और कर्तव्य सर्वथा एक नहीं हैं। महात्मा गांधी अहिंसा को अपना धर्म मानते थे। कांग्रेस ने उसे नीति के रूप में स्वीकार किया था। धर्म आत्मा से अभिन्न होता है, उसे छोड़ा नहीं जा सकता। नीति समय-समय पर बदलती रहती है।

आज हिन्दुस्तान के सामने धर्म, कर्तव्य और नीति—ये तीनों प्रश्नचिह्न बने हुए हैं। सदाचार को अपना धर्ममानकर चलने वाले लोग बहुत कम हैं। वह राष्ट्रीय कर्तव्यके रूप में भी नहीं अपनाया गया है। राष्ट्रीय नीति के रूप में भी उसे बहुत बल नहीं मिला रहा है। इसीलिए असदाचार सदाचार पर हावी हो रहा है। इस स्थिति को बदलने के लिए धार्मिक पवित्रता का बलाघरण बनाना, कर्तव्यबुद्धि को जमाना और नीति का दृढ़ता के साथ निर्धारण करना—ये तीनों अपेक्षित माने जा रहे हैं। इस सच्चाई को हम अस्वीकार नहीं करते कि धार्मिक-बुद्धि भी नीति जितनी

मापक नहीं हो सकती । नीति के साथ कानून की शक्ति है, इसलिए वह अनिवायता है । नतव्य के साथ दण्ड शक्ति नहीं है । वह बौद्धिक-शक्ति का विकास है । धर्म आत्मा का आन्तरिक प्रकाश है । नीति स्थूल है, कर्तव्य सूक्ष्म है और धर्म सूक्ष्मतरंग । धर्म की मायता है—तुम अच्छाई से भिन्न कुछ हो ही नहीं । कर्तव्य कहता है—तुम्हें अच्छाई का पालन करना चाहिए । नीति कहती है—तुम्हें अच्छाई का पालन करना होगा । ये तीनों रेखाएँ अपने-अपने क्षत्र में विकसित होती हैं, तब असदाचार सदाचार पर हावी नहीं हो सकता । नीति निर्धारण का दायित्व सरकार पर है । कर्तव्य-बुद्धि जगाने का दायित्व सामाजिक कार्यकर्ताओं पर है । धार्मिक पवित्रता को विकसित करने का दायित्व धार्मिक गुरुओं पर है ।

वर्तमान स्थिति को बदलने के लिए यह अपेक्षित है कि कोई आदमी—

रिश्तत न ले और न दे ।

मिलापट न करे ।

व्यक्तिगत सम्पत्ति को प्रोत्साहन न दे ।

दायित्व को लेकर जनता के प्रति अन्याय न करे ।

सामाजिक क्रूरियों का बहिष्कार करे ।

इन्हीं राष्ट्रीय नीति, राष्ट्रीय कर्तव्य और राष्ट्रीय धर्म के रूप में मायता मिलाने पर वह सहज ही हो जाएगा जो सब लोग करना चाहते हैं ।

## एकता की समस्या

हमारे जीवन में एकता और अनेकता का ऐसा विचित्र योग है कि हम एक होकर भी अनेक हैं और अनेक होकर भी एक हैं। हमारी एकता का अर्थ है, समानता की अनुभूति और अनेकता का अर्थ है आकलन-कलाओं का विभाजन। हम सब मनुष्य हैं। मनुष्य-मनुष्य समान हैं इसलिए सब एक हैं। किन्तु हमारी आवश्यकता-पूर्ति के लोग विभिन्न हैं। उनमें हम विभक्त हैं, इसलिए अनेक भी हैं। जिसमें हमारे अपने-आपे जा चुकी होती है, उसमें हमारा मोह हो, यह स्वाभाविक है। जिसमें भीह होता है, उन्हें महत्त्व देने की भावना भी जन्माभाविक नहीं है। हम सबसे अधिक महत्त्व अपने धर्मों को देते हैं। फिर अपने गुरु-गुरु, माया, ज्ञान, पाप, शिला, प्राण और राष्ट्र को देते हैं। उन्हें महत्त्व देना कोई अपराध भी नहीं है, यदि हम दूसरों को हीन माने बिना, बरबा पट्टाए बिना उन्हें महत्त्व दें। किन्तु हमारे में अपने भौतिक माधनों को भीमा में अधिक महत्त्व देने की प्रवृत्ति होती है। इसीलिए हम दूसरों के मायनों में अपने माधनों की शोषणता प्रमाणित करना चाहते हैं। इस प्रक्रिया में हमारा मन बुद्धि, मर्दा, सब आदि अनेकता के बीजों की वृद्धि करता है। हम नहीं चाहते कि माधनों की अनेकता के आधार पर मानवीय एकता खण्डित हो, पर माधनों को अभीष्ट महत्त्व देने हुए हम कभी कह नहीं हैं कि हम नहीं चाहते कि माधनों की अनेकता के आधार पर मानवीय एकता खण्डित हो। भौतिक माधनों के प्रति हमारा आकर्षण जितना अधिक होगा, उतनी ही अधिक मानवीय एकता खण्डित होगी। हम मानवीय एकता को बनाए रखना चाहते हैं और भीतिकता के आकर्षण को कम करना नहीं चाहते, फिर वह कैसे संभव होगा ?

मानवीय एकता को खण्डित करने वाले प्रमुखतः तीन बीजों के योग होने हैं। एक वे जो अतिधार्मिक होते हैं। हमारे में जिनका बुद्धि-बल प्रबल

होना है। तीसरे वे जो प्रकृति के दृष्ट होते है। शक्तिशाली और बुद्धि सम्पन्न लोग जब अधिकार-सौलुप बन जाते है प्रत्यक्ष या परोक्ष साम्राज्य जब प्रिय हो जाता है तब मानवीय एकता का भंग होता है। दुष्ट प्रकृति के लोग अपने पर सनलन न रखने के कारण भेद का वातावरण उत्पन्न कर डालते है। इतिहास स्वयं साक्ष्य देता है कि जब-जब मानवीय एकता का भंग हुआ है तब-तब ऐसे ही लोगों के द्वारा हुआ है।

यदि हम चाहते हैं कि मानवीय एकता पुन स्थापित हो मौलिक उपकरण को लेकर मनुष्य मनुष्य का शत्रु न बने तो हमें मानव निर्माण के प्रति विशेष ध्यान देना होगा। तात्कालिक उपचार यह हो सकता है कि एकता के प्रबल आन्दोलन द्वारा मनुष्य को मानवीय एकता की अनुभूति कराई जाए किन्तु इसका स्थायी समाधान यह है कि हम अपने प्रशिक्षण क्रम में (१) शक्ति-संगोपन (२) बुद्धि-सयम और (३) भाव-पवित्रता की शिक्षा को अनिवार्यता दें। शक्ति-संगोपन की शिक्षा प्राप्त हो तो बहुमत अल्पमत के प्रति कभी आक्रमणकारी नहीं हो सकता और अल्पमत बहुमत के प्रति कभी उद्द नही हो सकता। शक्ति के संगोपन का उसकी उपलब्धि से अधिक महत्त्व है। बौद्धिक-सयम का अभ्यास हो तो किसी भी प्रकार का साम्राज्य स्थापित नहीं हो सकता और गोपण भी नहीं हो सकता। स्वभाव की पवित्रता प्राप्त हो जाए तो आए दिन होने वाले सघर्ष समाप्त हो जाए।

राष्ट्रीय एकता की बात सौपी जाती है पर हमारा विश्वास है कि मानवीय एकता को आधार माने बिना राष्ट्रीय एकता स्थितिशील नहीं बनती। मनुष्य के मूल्यांकन का हमारा दृष्टिकोण विशुद्ध नहीं है। हम मनुष्य को मनुष्य की दृष्टि से नहीं जानते-पहचानते। हम उसका अकन जातीय प्रांतीय राष्ट्रीय भाषायी आदिमाध्यमों से करते हैं। इसलिए वह हमसे बहुत दूर रह जाता है। उसके माध्यम हमारे माध्यमों से भिन्न होते हैं इसलिए भेद मिट ही नहीं पाता। फिर भी वो राष्ट्रीय एकता का जबलत प्रश्न है उस पर विचार करना चाहिए। वर्तमान में जो भेद वाली प्रवृत्तियां बढ़ रही हैं उनके प्रभावशाली हेतु हैं

- १ प्रांतीयता २ जातीयता ३ भाषा ४ राजनीतिक-दल ।

जातीयता किसी दिन समाप्त हो सकती है । जब सब लोग अपने आपको भारतीय मानने में गीतबद्ध अनुभव करगें । जन्मना राई या छोटा, स्पृश्य-अस्पृश्य नहीं होना बानी जानिराइ समाप्त हो जायगा । प्रातो की व्यवस्था में भी सम्भव है परिवर्तन हो जाय । प्राजा ता विभाजन प्रशासन की बुद्धि या समाज गहन अंतर्गत या प्रभाव हनु बनता है तो यह स्वयं एक दिन चिन्तनीय होगा किन्तु भाषा और राजनीतिक दल एकता के स्थायी अङ्ग हैं । भाषा या राजनीतिक दल एक ही हो, यह कल्पना कुछ अटिच है । फिर भी ये दोनों जीवन का बहुत निकटता से प्रभावित करने वाले तत्व हैं । इसलिए उनके बारे में बहुत गहराई से सोचना चाहिए । भाषा का प्रश्न भी राजनीति में मिला नहीं है । परन्तु राजनीतिक व्यक्ति ही अपनी स्वायत्तिका के लिए भाषायी विवाद खड़ा करने हैं । जो लोग राष्ट्र-संघानन के लिए अशिर उन्नत-दायी हैं, उनके द्वारा भी राष्ट्रीय एकता को प्रोत्साहन नहीं मिलना है, यह सचमुच आश्चर्य की बात है ।



## अभय की शक्ति

हम जितना जीवन के बारे में जानते हैं उतना मृत्यु के बारे में नहीं जानते। जीवन की शक्ति से हम जितने परिचित हैं, उतने ही हम मृत्यु की शक्ति से अपरिचित हैं। मृत्यु हमारी शत्रु नहीं किन्तु बहुत बड़ी मित्र है। हमारे मन में भय होता है तब हम उन्हें शत्रु मानते हैं। हमारा मन क्षम्य होता है, जो वह हमारी मित्र बन जाती है। जो मृत्युबन्ध होता है वह अशुभो भय होता है—उसे कहीं से भी भय नहीं होता।

आज भारत के लिए अभय की आराधना का बहुत बड़ा प्रसंग उपस्थित है। वह सैनिक शिक्षा को अस्वीकार करके भी उतना शक्तिशाली नहीं बन सकता जितना मृत्यु को मित्र बनाकर बन सकता है। भय को भय से परास्त करने में मनुष्य को अधिक विश्वास है। इसीलिए शत्रु के प्रति शस्त्र का प्रयोग किया जाता है। शस्त्र भय का प्रतीक है। जिसका भय बहुत बड़ा होता है यानी जिसका अस्त्र बहुत शक्तिशाली होता है, वह उसे परास्त कर देता है जिसका भय छोटा होता है यानी जिसका शस्त्र कम शक्तिशाली होता है। भय से भय या शस्त्र से शस्त्र को परास्त करने की शक्ति प्राप्त होने पर कुछ समय के लिए प्रत्येक युद्ध को टांसा जा सकता है किन्तु उसके परिणाम को नहीं टांसा जा सकता। शस्त्र निष्ठा के साथ जो अशान्ति विधिलता और आतंक उपजता है वह समूचे राष्ट्र की पवित्र चेतना को भील जाता है।

मनुष्य के मन में भय होता है, इसलिए सहज उसमें शस्त्र निष्ठा होती है। भयदर पीकर वह और प्रबल बन जाती है। चीन ने आक्रमण किया और भारत को शस्त्र निष्ठा प्रबल ही गई। आज उसके सामने अहिंसा की चर्चा करना अपराध जसा हो गया पर वह हमारे लिए बहुत ही विन्तनीय है। हम जोड़ी-खी चट्टिल स्थिति आने पर इस प्रकार अहिंसा को विस्तारित कर दो उसका दूरगामी परिणाम अशान्ति नहीं होगा।

आचार्यश्री नृपमी ने मधुसूय-प्रतिगोत्र को अस्वाभाविक नहीं कहा तो बहुत लोगो ने उसे पसंद किया। आचार्यश्री न जय अहिमक-प्रतिगोत्र का विकल्प मुझाया तो बहुत लोग उनसे सहमत नहीं हुए। हमारे भारतीय आत्मा की नाड़ी-परीक्षा हो गई। आज भी अहिंसा का भारतीय अहिंसा को कायरता मान बैठे हैं। वे भावने हैं कि पण्डमी चांगे उस नहीं अपना सकते। उनका यह चिन्मन कारण-शून्य भी नहीं है। हमारे यह अहिंसा का जिनना प्राणि-दया के रूप में विश्वास हुआ है उनका प्रति-कारणात्मक शक्ति के रूप में नहीं हुआ है। हम किमी को न माने—यह अहिंसा का एक पक्ष है। हम कल्याणात्मक पक्ष में हम दूरग पर अपन हाग होने वाले अन्याय में बच सकन है किन्तु कोई दूरग हमारे पर अन्याय कर उसमें नहीं बच सकते। हमसे बचने का उपाय है अहिंसा की प्रतिकारात्मक शक्ति का विकास। यदि यह हो तो कोई हमारे साथ अन्याय करने का दुस्साहस कर ही नहींसक ना। आचार्यश्री नृपमी अहिमक प्रतिकार की बात कहकर जनता को कायर नहीं बनाना चाहते किन्तु उस कायरता में उवारना चाहते हैं जो मधु-मज्जा होने पर भी मन के गह्वर में छिपी रहती है। आचार्यश्री ने यह नहीं मुझाया कि आपकी निष्ठा मस्व-बल में हो। मन में भय और कायरता छिपी हो उस स्थिति में आप अहिमक-प्रतिकार करे। मधु, भय और कायरता का अहिंसा में कोई मेल ही नहीं है। आचार्यश्री कहते हैं कि केवल भारत ही नहीं समूचा ससार अहिमक-प्रतिकार का मार्ग अपनाए। पर अपनाए वही और उमी स्थिति में जब उसका पराक्रम आत्मा से प्रस्फुटित हो, मन का कोई एक भी कोना भय में भरा न हो और मस्त्र पर से आस्था उठ गई हो। वे चाहते हैं कि भारत ऐसा शक्तिशाली बने। मैं नहीं कहता कि उनकी कल्पना एक ही दिन, मास या वर्ष में सफल हो जाएगी किन्तु मैं मानता हू कि कोई भी कल्पना एक दिन अवश्य सफल होती है। इसलिए उसकी सफलता में हमें कोई संदेह नहीं होना चाहिए।

प्रथम बार हम उसकी सफलता की परीक्षा करने का यत्न न करें किन्तु यही देखें कि वह अच्छी है या नहीं। मुझे लगता है कि वह कल्पना बहुत अच्छी है। युद्ध समस्या का स्थायी समाधान नहीं है। वास-प्रथा और

## अभय की शक्ति

हम जितना जीवन के बारे में जानते हैं उतना मृत्यु के बारे में नहीं जानते। जीवन की शक्ति से हम जितने परिचित हैं उतने ही हम मृत्यु की शक्ति से अपरिचित हैं। मृत्यु हमारी शत्रु नहीं किन्तु बहुत बड़ी मित्र है। हमारे मन में भय होता है तब हम उसे शत्रु मानते हैं। हमारा मन अभय होता है, तो वह हमारी मित्र बन जाती है। जो मृत्युञ्जय होता है वह अकुतो भय होता है—उसे कहीं से भी भय नहीं होता।

आज भारत के लिए अभय की आराधना का बहुत बड़ा प्रसंग उपस्थित है। वह सैनिक शिक्षा को अनिवार्य करके भी उतना शक्तिशाली नहीं बन सकता जितना मृत्यु को मित्र बनाकर बन सकता है। भय को भय से परास्त करने में मनुष्य को अधिक विश्वास है। इसीलिए शत्रु के प्रति शस्त्र का प्रयोग किया जाता है। शस्त्र भय का प्रतीक है। जिसका भय बहुत बड़ा होता है यानी जिसका शस्त्र बहुत शक्तिशाली होता है वह उसे परास्त कर देता है जिसका भय छोटा होता है यानी जिसका शस्त्र कम शक्तिशाली होता है। भय से भय या शस्त्र से शस्त्र को परास्त करने की शक्ति प्राप्त होने पर कुछ समय के लिए प्रत्येक युद्ध को टाला जा सकता है किन्तु उसके परिणाम को नहीं टाला जा सकता। शस्त्र निष्ठा के साथ जो अगान्ति निधिलता और आतंक उपजता है वह समूचे राष्ट्र की पवित्र चेतना को लील जाता है।

मनुष्य के मन में भय होता है, इसलिए सहज उसमें शस्त्र निष्ठा होती है। अबसर पाकर वह और प्रबल बन जाती है। चीन ने आक्रमण किया और भारत भी शस्त्र निष्ठा प्रबल हो गई। आज उसके सामने अहिंसा की चर्चा करना अपराध जता ही गया पर यह हमारे लिए बहुत ही चिन्तनीय है। हम बोड़ी-सी जटिल स्थिति आने पर इस प्रकार अहिंसा को विसर्जित कर दें तो उसका दूरगामी परिणाम अच्छा नहीं होगा।

आचार्यश्री तुलसी ने मध्यम-प्रतिभा को अम्बाभावित नहीं रखा तो बहुत लोगों ने उसे पसंद किया। आचार्यश्री न जव अहिमा-प्रतिभा का विकल्प मुझाया तो बहुत लोग उसमें सहमत नहीं हुए। उगने भारतीय आत्मा की नाडी-परीक्षा हो गई। आज भी अहिमा भारतीय अहिमा को कायगा मान बैठे हैं। वे सोचते हैं कि पणभमी रोम उन नहीं अपना सकते। उनका यह चिन्तन कारण-धुन्य भी नहीं है। इमार यह अहिमा का अहिमा भाषि-दया के रूप में विश्वास हुआ है, उनका प्रतिकारात्मक शक्ति के रूप में नहीं हुआ है। हम शिमी की न मान -यह अहिमा का एक पक्ष है। इस कर्णात्मक पक्ष में हम हमारे पर जवन द्वारा होने वाले अन्याय में बच सकने ह किन्तु कोई हमारे पर अत्याय कर, उसमें नहीं बच सकते। उसमें बचने का उपाय है अहिमा की प्रतिकारात्मक शक्ति का विकास। यदि यह हो तो कोई हमारे साथ अन्याय करन का दुस्साहम कर ही नहींसक ता। आचार्यश्री तुलसी अहिमा प्रतिकार की बात कहकर जनता को कायर नहीं बनाना चाहते किन्तु उन कायगा में उबारना चाहते हैं जो अस्व-भज्जा होने पर भी मन के महार में छिपी रहती है। आचार्यश्री ने यह नहीं मुझाया कि आपकी निरदा शम्भ-वन में ही। मन में गय और कायरता छिपी हो उस शिति में आप अहिमरु-प्रतिकार करें। अस्व, भय और कायरता का अहिमा में कोई में ही नहीं है। आचार्यश्री कहते हैं कि केवल भारत ही नहीं ममूचा मसार अहिमरु-प्रतिकार का मार्ग अपनाए। पर अपनाए वही और जमी शिति में जब उसका पराक्रम आत्मा से प्रस्फुटित हो, मन का कोई एक भी कोना भय में भरा न हो और अस्व पर से आस्था उठ गई हो। वे चाहते हैं कि भारत ऐसा शक्तिशाली बने। मैं नहीं कहता कि उनकी कल्पना एक ही दिन, मास या वर्ष में सफल हो जाएगी किन्तु मैं मानता हू कि कोई भी कल्पना एक दिन अवश्य सफल होती है। इसलिए उनकी सफलता में हमें कोई सदेह नहीं होना चाहिए।

प्रथम बार हम उसकी सफलता की परीक्षा करने का यत्न न करें किन्तु यही देखें कि वह अच्छी है या नहीं। मुझे लगता है कि वह कल्पना बहुत अच्छी है। मूढ समस्या का स्थायी समाधान नहीं है। दास-श्रवा और

राजतन्त्र-प्रथा के विरोध का आदिम इतिहास भी सन्देह की सक्ती पर दृष्टिगतों में से गुजरा है पर आज कोई दास नहीं है और राजे भी इतिहास को वस्तु बन गए हैं ।

अहिंसा के प्रति जन-मानस में जो सन्देह है वह निर्हंतक नहीं है । अहिंसा में निष्ठा न रखने वालों ने कल्याण-त्मक पक्ष को जिस रूप में प्रस्तुत किया उस रूप में प्रतिकार-त्मक पक्ष को नहीं । इसीलिए अहिंसक भी बहुत बार भीषण व्यवहार करते दिखाई देते हैं । सही अर्थ में वे अहिंसक हैं भी कहा ?

प्रतिकार-त्मक शक्ति का विकास स्थिति के अस्वीकार पर निर्भर है । हिंसा का अर्थ है स्थिति का स्वीकार और अहिंसा का अर्थ है स्थिति का अस्वीकार । यह तभी हो सकता है जब हमारी निष्ठा अध्यात्म में हो यानी आत्मा की स्वतंत्र सत्ता को हम स्वीकार करें । जो स्थिति को स्वीकार करता है वह आत्मा की स्वतंत्र सत्ता को अस्वीकार करता है और जो आत्मा की स्वतंत्र सत्ता को स्वीकार करता है वह स्थिति को अस्वीकार करता है । वह कैसा अहिंसक और कैसा अध्यात्मवादी जो स्थिति को मान्यता दे यह समझ में आने वाली बात है पर आत्मा की स्वतंत्र सत्ता में निष्ठा रखने वाला उस मान्य करे यह समझ में परे है ।

प्रतिकार-त्मक शक्ति का अर्थ किसी की सत्ता या किसी के कर्म का प्रतिरोध करना नहीं है । उसका अर्थ है स्वतंत्र कर्म शक्ति का निर्माण । परिस्थिति से प्रभावित होकर हम जिसना भी कम करते हैं वह हमारा कम नहीं किन्तु प्रतिक्रम होता है । हमारी अधिकांश प्रवृत्तियाँ क्रिया-त्मक नहीं किन्तु प्रतिक्रिया-त्मक ही होती हैं । हम बाह्य परिस्थिति से अप्रभावित रहकर कर्म करने लगे तो हममें प्रतिकार-त्मक शक्ति का उदय स्वयं हो जाय ।

अधरे में मूल को स्वीकार करने से डर लगता है । गाली को स्वीकार करने में क्रोध उभरता है । अपनी हीनता के स्वीकार से ही दूसरे के प्रति जलन पैदा होती है । यह दोष स्थिति में नहीं है, उसने स्वीकार में है । हम किसी दूसरे व्यक्ति के हस्तक्षेप को अपनी स्वतंत्र सत्ता में बाधा मानते हैं पर परिस्थिति के हस्तक्षेप को वैसा नहीं मानते । सच्चाई तो यह है कि यह

हमारे कर्म में जितना हस्तक्षेप करती है, उतना कोई व्यक्ति कर ही नहीं सकता। चीन ने भारत पर आक्रमण किया, यह स्थिति का स्वीकार है। भारत यदि अपने स्वतंत्र कर्म में मलग्न होता, वर्तमान के प्रति निलात जागृत होता तो वह ऐसा कर ही नहीं पाता। भारत का सशस्त्र प्रत्याक्रमण भी स्थिति का स्वीकार है। यह कोई स्वतंत्र कर्म नहीं केवल प्रतिक्रिया की प्रतिक्रिया है। हम कहने हैं कि क्रिया की प्रतिक्रिया होती है। पर वास्तव में हमें कहना चाहिए कि प्रतिक्रिया की प्रतिक्रिया होती है। स्थिति में दबे हुए जगत् में शूद्र क्रिया होती कहा है ? मैं अपनी श्लाघा सुनकर फूलता हूँ और अपनी निन्दा सुनकर म्लान होता हूँ, ये दोनों—फूलना और म्लान होना स्वतंत्र कर्म नहीं है, किन्तु प्रतिकर्म है। मैं ऐसा करके अपनी स्वतंत्र सत्ता का अनुभव नहीं करता किन्तु परिस्थिति का खिलाता बनता हूँ। इस दशा में मैं अहिंसक का नाम रखकर भी अहिंसक नहीं हो सकता हूँ।

हम लोग स्थिति के स्वीकार की दुनिया में खड़े होकर सशस्त्र प्रतिकार की बात सुनते हैं तब हमें वह असंभव लगती है। अपनी पूर्ण स्वतंत्रता की आस्था के जगत् में खड़े होकर हम देखें तो दिखेगी कि सुरक्षा वस्तु में नहीं अपने में है, शक्ति वस्तु में नहीं अपने में है। वस्तु में हम ही अपनी शक्ति को आरोपित करते हैं और हम स्वयं को उसके सामने शक्तिहीन अनुभव करते हैं।

अहिंसक प्रतिकार हमारी आस्था का प्रश्न है। हिंसा में निष्ठा है, वे शस्त्र-बल को जगा रहे हैं। अहिंसा-निष्ठ व्यक्ति अभय को जगाए। वह परमाणु बम से भी अधिक शक्तिशाली अस्त्र है। उसकी शक्ति की हम कोई कल्पना नहीं कर सकते। हमारे मन में भय होता है तभी हमारे पर कोई आक्रमण कर सकता है, शासन थोप सकता है और कुछ भी कर सकता है। हम अभय हो जाते हैं, हमें मृत्यु की असीम शक्ति प्राप्त हो जाती है, दुनिया की कोई भी शक्ति हमें आक्रान्त नहीं कर सकती। पर-शासित वही जाति होती है, जिसके पास अपना आस्था-बल नहीं होता।

## अस्तित्व का प्रश्न

यह हमारी दुनिया अनेक व्यक्तियों जातियों धर्मों भाषाओं राष्ट्रों और शासन प्रणालियों का समय है। मनुष्यों में अनेक प्रकार की आकांक्षाएँ सदेह भय परस्पर विरोधी हित भावनाएँ हैं। विस्तार और प्रसारवादी शक्तियाँ सदा सक्रिय हैं। संघर्ष इन परिस्थितियों का अपरिहार्य परिणाम है। संघर्ष के स्फूर्तिग तब तक उछलते रहेंगे जब तक अनेकता भेद या विभाजन की रेखाएँ होंगी।

इस निष्कर्ष पर पहुँचने के बाद शान्ति के प्रयत्न शिथिल नहीं होते किन्तु अधिक उद्दीप्त होते हैं। शान्ति के प्रयत्न संघर्ष के स्फूर्तिगों को अस्तित्वहीन बनाने के लिए नहीं हैं किन्तु इसलिए हैं कि स्फूर्तिग अग्नि के रूप में न बदल जाएँ। शान्ति के प्रयत्न करते रहना मानवीय विवेक की अपरिहार्य मांग है। शान्ति का भाव्य उन कुँसेक लोगों की सख्त छाया में पल रहा है जो सत्ता पर आरुढ़ हैं। जनता के भाव्य में अशान्ति का परिणाम भूमतना बना है पर शान्ति की ओर उसके हाथ से छूट चुकी है। एकाधिकार राजनीतिक प्रभुत्व के युग में जनता के प्रतिनिधि शान्ति की चर्चा कर उसका क्या विशेष अर्थ है, मैं नहीं जानता। यह बहुत स्पष्ट है कि जनता शान्ति और अशान्ति के लिए आज प्रत्यक्ष उत्तरदायी नहीं है। मेरी दृष्टि में आज का मुख्य प्रश्न शान्ति या तनाव कम करने का नहीं है। आज का मुख्य प्रश्न यह है कि शान्ति और अशांति के लिए जनता प्रत्यक्ष उत्तरदायी कैसे हो ? यदि युद्ध और आक्रमण की सगाम जनता और सरकार दोनों के सामाज्यपूर्ण हार्थों में हो तो अन्तर्राष्ट्रीय तनाव में अकल्पित परिवर्तन आ जाएँ।

जन-शक्ति हमेशा मानवता का समर्थन करती है। किन्तु राज्य शक्ति

का ध्यान होनेवा विन्मत्त और समान की ओर केन्द्रित रहना है। उप-विशेषवाद इमी मनोवृत्ति की देन है। शस्त्रीकरण और उपनिवेश दोनों एक ही स्त्रोत्र से फूट हुए दो प्रवाह हैं। आदि में दोनों एक हैं, मध्य में दोनों विभक्त हो जाने हैं और अन्त में दोनों फिर मिल जाने हैं। राज-शक्ति का जपना महत्त्व है। पर उसे जितना अनीन महत्त्व दिया जा रहा है उतना ही दिया जाना रहा तो नि शस्त्रीकरण की समस्या कभी नहीं सुलभोगी। विश्व-राज्य या अन्तर्गोष्ठीय सरकार की स्थापना उपनिवेश और शस्त्रीकरण की बकरी हुई होठ के अंग का एक महत्त्वपूर्ण पादम हो सकता है।

विभाजन उपयोजिता के लिए होता है पर उसकी द्वितीय रेखाएँ सीधी जानी हैं, उनकी ही दूरी चड जानी है। विश्व-शक्ति के लिए यह बहुत अपेक्षित है कि इन विभाजन-रेखाओं को जिनना मशब हो नके, उनना कम करने का प्रयत्न किया जाए।

शाखावाद के भाषकों की अविकसित दमा से अनेक राष्ट्र, अनेक जातिया और शासन-प्रणालिया अपनी-अपनी परिधि में घमनी थी। आज के याना-मान के विकसित राज्यों ने दुनिया को बहुत छोटा बना दिया है। उनकी दूरी निम्न गई है। परिधिवा गमाप्त हो गई है। इस तथा स्थिति में एक राष्ट्र, एक जाति और एक शासन-प्रणाली के मिश्रान्त का बहुत महत्त्व बत गया है। इसका भविष्य बहुत उज्ज्वल दिखार्ले दे रहा है। इस कल्पना को मूर्त रूप देने में कम उलझने नहीं है, किन्तु विभाजन की रेखाओं को मिटाए बिना उलझने का अर्थ ही नहीं आ सकता जब उन-उन उलझनों को सुलभाने के सिवाय शान्ति के पल में और चारा ही क्या है ?

विश्व-राज्य का मिश्रान्त भी मेरी दृष्टि में राजनीतिक मिश्रान्त है। शान्ति का आध्यात्मिक मिश्रान्त यह-अस्तित्व का विचार है। अनेक चाराएँ भी यह-अस्तित्व का विकसल होने पर एक चारा की भांति व्यवहार कर सकती हैं। किन्तु यह चार आना राजनीतिक पल है और चारह आना आध्यात्मिक पल है। और गहवाई में उतरें तो अनुभव होता कि यह सोलह आना आध्यात्मिक पल है। इस पल की दृष्टि के लिए आध्यात्मिक मिश्रान्तों को विकसित और दृष्ट करना आवश्यक है।



## अस्तित्व का प्रश्न

यह हमारी दुनिया अनेक व्यक्तिगत जातियाँ धर्मों भाषाओं राष्ट्रों और शासन प्रणालियों का संगम है। मनष्यों में अनेक प्रकार की भाका छाए सदेह भय परस्पर विरोधी हिन भावनाएँ हैं। विस्तार और प्रसार वाली शक्तियाँ सदा सक्रिय हैं। सघष इन परिस्थितियों का अपरिहार्य परिणाम है। सघष के स्फुलिंग तब तक उछलते रहेगे जब तक अनेकता भेद या विभाजन की रेखाएँ हागी।

इस निष्कष पर पहुचने के बाद शान्ति के प्रयत्न शिथिल नहीं होने किंतु अधिक उद्दीप्त होते हैं। शान्ति के प्रयत्न सघष के स्फुलिंगों को अस्तित्वहीन बनाने के लिए नहीं हैं किंतु इसलिए हैं कि स्फुलिंग अग्नि के रूप में न बदल जाए। शान्ति के प्रयत्न करते रहना मानवीय विवेक की अपरिहार्य मांग है। शान्ति का भाग्य उन कुछेक लोगों की छत्रछाया में पल रहा है, जो सत्ता पर आरुढ़ हैं। जनता के भाग्य में अशान्ति का परिणाम भुगतना बचा है पर शान्ति की डोर उसके हाथ से छूट चुकी है। एकाधिकार राजनीतिक प्रभुत्व के युग में जनता के प्रतिनिधि शान्ति की चर्चा करें उसका क्या विशेष अर्थ है मैं नहीं जानता। यह बहुत स्पष्ट है कि जनता शान्ति और अशान्ति के लिए आज प्रत्यक्ष उत्तरदायी नहीं है। मेरी दृष्टि में आज का मुख्य प्रश्न शान्ति या तनाव कम करने का नहीं है। आज का मुख्य प्रश्न यह है कि शान्ति और अशान्ति के लिए जनता प्रत्यक्ष उत्तरदायी कैसे हो ? यदि युद्ध और आक्रमण की जगाम जनता और सरकार दोनों के सामंजस्यपूर्ण हाथों में हो तो अन्तर्राष्ट्रीय तनाव में अकल्पित परिवर्तन आ जाए।

जन-शक्ति हमेशा मानवता का समर्थन करती है। किंतु राज्य-शक्ति

का ध्यान हमेशा विस्तार और पथार की ओर केन्द्रित रहना है। उप-निवेशवाद इन्हीं मनोवृत्ति की देन है। अस्त्रीकरण और उपनिवेश दोनों एक ही स्रोत में फूटे हुए दो प्रवाह हैं। जादि में दोनों एक हैं, मध्य में दोनों विभक्त हो जाते हैं और अन्त में दोनों फिर मिल जाते हैं। राज-शक्ति का अपना महत्त्व है। पर उसे जितना असीम महत्त्व दिया जा रहा है उतना ही दिया जाता रहा तो नि अस्त्रीकरण की समस्या कभी नहीं मुलभोगी। विश्व-राज्य या अन्तर्राष्ट्रीय सरकार की स्थापना उपनिवेश और अस्त्रीकरण की बढ़ती हुई होठ के अंत का एक महत्त्वपूर्ण कदम हो सकता है।

विभाजन उपयोगिता के लिए होना है पर उसकी जितनी ज़रूरत थीची जाती है, उतनी ही दूरी बढ़ जाती है। विश्व-शान्ति के लिए यह बहुत अपेक्षित है कि इन विभाजन-रेखाओं को जितना संभव हो सके, उतना कम करने का प्रयत्न किया जाए।

यातायात के साधनों की अद्विकसित दशा में अनेक राष्ट्र, अनेक जातियाँ और शासन-प्रणालियाँ अपनी-अपनी परिधि में चलती थीं। आज के याता-यात के विकसित साधनों ने दुनियाँ को बहुत छोटा बना दिया है। उनकी दूरी सिमट गई है। परिधिवा समाप्त हो गई है। इस नयी स्थिति में एक राष्ट्र, एक जाति और एक शासन-प्रणाली के सिद्धान्त का बहुत महत्त्व बढ़ गया है। इसका भविष्य बहुत उज्ज्वल दिखाई दे रहा है। इस कल्पना को मूर्त रूप देने में कम उलझनें नहीं हैं, किन्तु विभाजन की रेखाओं को मिटाए बिना उलझनों का अंत ही नहीं आ सकता जब उन-उन उलझनों को मुलभाने के सिवाय शान्ति के पक्ष में और धारा ही क्या है ?

विश्व-राज्य का सिद्धान्त भी मेरी दृष्टि में राजनीतिक सिद्धान्त है। शान्ति का आध्यात्मिक सिद्धान्त सह-अस्तित्व का विचार है। अनेक धाराएँ भी सह-अस्तित्व का विकास होने पर एक धारा की भाँति व्यवहार कर सकती हैं। किन्तु यह धारा आना राजनीतिक पक्ष है और धार रह आना आध्यात्मिक पक्ष है। और गहराई में उतरें तो अनुभव होगा कि यह तोल रह आना आध्यात्मिक पक्ष है। इस पक्ष की पुष्टि के लिए आध्यात्मिक सिद्धान्तों को विकसित और पुष्ट करना आवश्यक है।

जिस व्यक्ति के मन में विषमता होती है उसमें अहिंसा पनप नहीं सकती। जिस राष्ट्र में आर्थिक जातीय और साम्प्रदायिक विषमता होती है वहाँ जनतंत्र नहीं पनप सकता।

ऐशियायी राष्ट्र अभी जनतंत्र के प्रभाव की स्थिति में हैं। अभी उनमें विषमता के तीनों प्रकार प्राप्त हैं। ऐशियायी राजनयिका ने जनतंत्र का मार्ग पूष-मान्यता के रूप में चुना है। उसे बरदान के रूप में प्रमाणित करना अभी शेष है।

इसमें कोई सन्देह नहीं कि जनतंत्र का विकल्प शासन प्रणाली का इतिहास में सर्वाधिक सफल है। स्वतन्त्रता व्यक्ति की सर्वोत्तम निधि है। वह उसकी सुरक्षा के लिए अपने प्राणों की आहुति देने को भी तत्पर रहता है। शासन-सौत्र में स्वतन्त्रता अपहृत होती है किन्तु जनतंत्र की प्रणाली स्वतन्त्रता-अपहरण के दोष से अपने को अधिक मुक्त रख सकी है।

व्यक्ति शासन के अधीन होता है उसके दो हेतु हैं

१ सुरक्षा का आश्वासन

२ सहयोग का आश्वासन

व्यक्ति अपनी स्वतन्त्रता देता है और उसके बदले में सुरक्षा एवं सहयोग प्राप्त करता है। किन्तु कोई भी व्यक्ति सुरक्षा और सहयोग की उपलब्धि के लिए अपनी स्वतन्त्रता से हाथ धोना नहीं चाहता।

अनिायकतावादी शासन-प्रणाली में तंत्र की सुव्यवस्था और सुस्थिरता होती है फिर भी उसमें व्यक्ति को वह मूल्य प्राप्त नहीं होता जो उसे वैतनायान् होने के नाते प्राप्त है।

लोकतंत्रीय प्रणाली में व्यवस्था और स्थिरता का पक्ष कभी-कभी दुबल भी रहता है पर उसमें हर व्यक्ति को विकास का समान अवसर प्राप्त होता है।

व्यक्ति समाज में विभिन होकर भी जहाँ अपनी व्यक्तिगतता को सुरक्षित पाता है, वहाँ वह अधिक सतोष का अनुभव करता है। इस तोष की अनुभूति ने ही जनतंत्र को विकासशील बनाया है।

एशिया अभी तक वर्तमान युग की गति के साथ नहीं है। आर्थिक राजनीतिक और ब्रह्मज्ञानिक उपलब्धियों में अभी वह पश्चिमी राष्ट्रों से

पीछे है। किन्तु जनतंत्र के लिए जिस मानवीय चेतना का विकास अपेक्षित है, वह एशिया में कम नहीं है। मानवीय स्वतंत्रता और समानता के संस्कार यहाँ चिर अतीत से पल्लवित होते रहे हैं। एशिया की आध्यात्मिक चेतना के साथ यदि किसी शासन-प्रणाली का समुचित योग हो सकता है तो वह लोकतंत्र ही है।

जनतंत्र के विकास के लिए एशिया अत्यन्त उर्वर है। फिर भी सामयिक स्थितियों का विश्लेषण करने समय-समय पर जनतंत्र के पल्लवन की भविष्यवाणी नहीं की जा सकती। इस संदेह की पृष्ठभूमि में तीन तत्त्व दिये हैं

१ प्रभुत्व-विस्तार की भावना

२ गुटबन्दी

३ साम्प्रदायिक पक्षपात

जो बड़े राष्ट्र हैं, आर्थिक, राजनीतिक और वैज्ञानिक उपलब्धियों से सम्पन्न हैं। वे अपने प्रभुत्व का विस्तार चाहते हैं। इस आकांक्षा के आवार पर दो गुट बन गए हैं

१ साम्यवादी

२ असांम्यवादी

एशिया में दोनो प्रकार के राष्ट्र हैं और तीसरे प्रकार के भी हैं— जो किसी गुट में नहीं हैं, तटस्थ हैं। हिन्दुस्तान दुनिया का सबसे बड़ा जनतन्त्र होने के साथ-साथ दुनिया का सबसे बड़ा तटस्थ राष्ट्र है।

दो गुटों के बीच में शक्तिशाली तटस्थ राष्ट्रों का अस्तित्व सेतु का काम करता है। किन्तु राजनीति में सेतु की अपेक्षा अपने स्वार्थों की पूर्ति का महत्त्व कहीं अधिक है।

अमरीका जनतंत्र की सुरक्षा या साम्यवाद के विस्तार को रोकने के लिए हर संभव प्रयत्न कर रहा है। क्या इस तथाकथित प्रचार में सचाई है? पाकिस्तान अमरीकी गुट में है। सही अर्थ में वह जनतंत्री भी नहीं, साम्यवादी भी नहीं है। किन्तु अविनायकतावादी है। उसने महान् लोकतंत्र को धत-विधत करने का शक्तिशाली प्रयत्न किया और उस अमरीका के शक्ति-संरक्षण में किया, जो जनतंत्र के विस्तार में सबसे अगुवा है।

यह विरोधाभास कितना आश्चर्यकारी है।

विस्तार की अदम्य उत्कृष्टाधीर दूसरी ओर एक महान जनतंत्र के विकास मान पीछे पर कुठाराघात ?

इसी बिन्दु पर पहुँचकर हम राजनीति की आत्मा को देख पाते हैं कि उसका गठव घन सिद्धान्त के साथ उतना नहीं होता कितना स्वार्थ-भूति के साथ होता है।

कुछ राष्ट्रों का आदेश साम्प्रदायिकता है तो कुछ राष्ट्रों का सम्प्रदाय निरपेक्षता। एशिया में दोनों प्रकार के राष्ट्र हैं। हिन्दुस्तान सम्प्रदाय निरपेक्ष राष्ट्र है। पाकिस्तान का आधार साम्प्रदायिकता है। साम्प्रदायिक राष्ट्र साम्प्रदायिकता के आधार पर दूसरे राष्ट्रों से समझन पाते और देते हैं।

स्वार्थ-भूति और साम्प्रदायिकता के आधार पर किया जाने वाला पक्षपात जनतंत्र के भविष्य के लिए सबसे बड़ा खतरा है। इस खतरे के परिणाम केवल एशिया के जनतंत्र देशों को ही नहीं सारी दुनिया के जनतंत्र देशों को मुचतने होंगे।

जनतंत्र का विकास और सुरक्षा दूसरे राष्ट्रों की स्वतंत्र चेतना को कुप्टित करने के प्रयत्न से नहीं हो सकती। यह हो सकती है उनकी स्वतंत्र चेतना के उपयोग में सहयोग देने से। यदि इस तथ्य की ओर ध्यान कूही दिया गया तो एशिया में ही नहीं सारी दुनिया में जनतंत्र का भविष्य उज्ज्वल नहीं है।

साम्प्रदायिक कट्टरता बज्ञानिक उपलब्धियों के साथ अपने-आप मिटने वाली है। इससे जनतंत्र को दीर्घकालीन खतरा नहीं है। जिससे दीर्घकालीन खतरा है वह है प्रभुत्व विस्तार की भावना। यह परतंत्रता का सूत्र है जो जनतंत्र के मूल आधार—स्वतंत्रता पर प्रहार करता है।

स्वतंत्रता और आर्थिक विकास की सम्भावना जनतंत्र में किसी अन्य प्रणाली से अधिक है यह मान्यता पुष्ट होती जा रही है। इसलिए अन्त कठिनाइयों के उपरान्त भी जनतंत्र का भविष्य प्रकाशमय प्रतीत होता है। जिस एशिया ने इस आध्यात्मिक मंत्र को पढ़ा है—आत्मा का शासन आत्मा के द्वारा आत्मा के लिए—यह महामनीषी निकन के उस वाक्य को अनादृत नहीं करेगा—जनता का शासन जनता के द्वारा जनता के लिए।

## लोकतन्त्र और नागरिक अनुशासन

नारी इच्छाओं का केन्द्र मन है और मन की इच्छा का केन्द्र है स्वतन्त्रता। मन अपनी इच्छा में चलना चाहता है। वह अपने क्षेत्र में दूसरों का हस्तक्षेप नहीं चाहता। यह मार्वाभौम स्वतन्त्रता मन का प्राकृत स्वभाव है।

व्यक्ति यदि अकेला ही होना तो वह अपनी मार्वाभौम स्वतन्त्रता का उपयोग कर पाता, किन्तु आज वह अकेला नहीं है। वह सामाजिक जीवन जी रहा है। इसलिए उसकी स्वतन्त्रता सीमित है। चाहे-अनचाहे उसमें दूसरों का हस्तक्षेप भी होता है। इनका अर्थ यह है कि सामाजिक जीवन स्वतन्त्रता और परतन्त्रता का मिश्रित रूप है।

प्रजातन्त्र व्यक्ति को अपेक्षाकृत अधिक स्वतन्त्रता देना है। किन्तु अधिक स्वतन्त्रता के बिना क्या सामाजिक या राजनीतिक स्वतन्त्रता फलित होती है? गरीबी के कारण न जाने कितने लोग आज भी अनेक परतन्त्रताओं या विवशताओं में जकड़े हुए हैं। चिन्तन की स्वतन्त्रता के बिना भी ऐसा ही होता है। अधिक्षित लोग भी विवशता की पकड़ में मग्न नहीं होते।

मैं जिम भाषा में मोक्षता हूँ उनमें जनतन्त्र का स्वरूप कुछ दूसरा है। वर्तमान स्वरूप में भिन्न और बहुत भिन्न। मैं निर्वाचन पद्धति को देखता हूँ तो लगता है यह जनतन्त्र है और जब शासन प्रणाली को देखता हूँ तो लगता है कि यह कठोर राजतन्त्र है।

जिम ज्ञान में नियन्त्रणों का अधिक भार, शासन का अधिक दबाव और कानून का अधिक विस्तार हो, क्या वह जनतन्त्र हो सकता है?

सीमित नियन्त्रण, सीमित दबाव और सीमित कानून—इनका समन्वित रूप जनतन्त्र। असीम इच्छा, असीम प्रयत्न और असीम उच्छ्वसिता—इनका समन्वित रूप मनप्य का सामान्य स्वभाव।

प्राकृतिक रूप में मनुष्य-स्वभाव और जनतन्त्र की पद्धति में मेल नहीं है किन्तु उनका मेल बिठाया जाता है। मनुष्य कुछ स्वभाव से बदलता है और कुछ जनतन्त्र। नियंत्रण का थोड़ा विस्तार और इच्छा का थोड़ा सकोच दबाव का थोड़ा विस्तार और प्रयत्न का थोड़ा सकोच कानून का थोड़ा विस्तार और उच्छ्वस्यता का थोड़ा सकोच—यह जनतन्त्र का आकार बनता है। आज का जनतन्त्र इस आकार का नहीं है इसलिए जनता और शासन दोनों ओर से अधिक दबाव आ रहा है।

मैं नहीं कहता कि जनता का दबाव कम हो और सरकार का दबाव बढ़ या सरकार का दबाव कम हो और जनता का दबाव बढ़। ये दोनों विकल्प जनतन्त्र के लिए स्वस्थ नहीं हैं। उसकी स्वस्थता इसमें है कि दोनों ओर का दबाव घटे। जनतन्त्र में निरक्षुण्ण शासक और निरक्षुण्ण जनता दोनों अस्तरनाक होते हैं। इस अस्तरनाक स्थिति के लक्षण हाल की घटनाओं में प्रकट हो रहे हैं। दूकाना की लूट अग्निकाण्ड शस्त्रों का प्रयोग पथराव और गोलियों की बौछार—ये अनुशासित नागरिकों के चरण चिह्न नहीं हैं। सरकारी नियमों के विरुद्ध वैधानिक उपाय काम में लिए जाते हैं यह अनुचित नहीं किन्तु अराजकतापूर्ण स्थिति का निर्माण उचित भी नहीं है। इससे जनतन्त्रीय प्रणाली को आघात पहुंचता है और एकाधिनायकता को बल मिलता है। सरकारी नियम सभी पक्षा को प्रिय लगें यह सम्भव नहीं। अग्रिम निर्णय का विरोध न हो यह भी जनतन्त्र में असम्भव है। सम्भव यह है कि विरोध की पद्धति वैधानिक एवं शालीन हो। जनता को अनुशासन विहीन बनाने में गायब किसी भी दल का हित नहीं है। आज एक दल को जनता को असजनापूर्ण और अनुशासन विहीन प्रवृत्तियों का सामना करना पड़ रहा है, कल किसी दूसरे-तीसरे दल को भी करना पड़ सकता है। जनतन्त्र का अविष्य इस प्रश्न पर निर्भर नहीं है कि शासन किस दल का है? उसका अविष्य इस तथ्य पर सुरक्षित है कि उसकी जनता अनुशासित है और हर परिस्थिति का अनुशासित ढंग से सामना कर सकती है। शासक लोग भी आग्रह से मुक्त होकर जनता की स्थिति को जानना न चाहे वस्तुस्थिति के साथ आक्षेप मिथोनी कर तो निश्चित रूप से अचौकतन्त्रीय प्रवृत्तियाँ को प्रोत्साहन मिलता है। जनतन्त्र विधान

सभा की घटनाएँ भी अनुशासन के प्रति अनुशासन उत्पन्न करने में सफल नहीं हुई हैं। फिर केवल जनता में अनुशासन और ममय की आशा कर्मी की जाए ? सामञ्जस्य, समन्वय और सह-अस्तित्व की वान केवल अन्तर्राष्ट्रीय क्षेत्र में ही अपेक्षित नहीं है। पहले उनकी अपेक्षा राष्ट्र में है—विभिन्न राजनैतिक दलों में है। विशेषतः नागरिक महत्त्व की समस्याओं के समाधान के समय है। लोकतन्त्र अ-लोकतन्त्रीय उपायों में कभी सक्षम नहीं बनता। इसे सक्षम बनाने का प्रत्यक्ष दायित्व जनता पर है, प्रत्यक्षतः विधायकों पर और प्रत्यक्षतः ग्रामकों पर। दायित्व के आधार पर यह स्वतः प्राप्त होना है—जनता अनुशासित हो विधायक अनुशासितन और शासक अनुशासितनम।

भारतीय जनता का बहुत बड़ा भाग अशिक्षित है। यह कहना कठिन है कि जो अशिक्षित है वे अनुशासित नहीं हैं और जो शिक्षित है वे अनुशासित हैं। हमारे विद्यालयों में लोकतन्त्र के शिक्षण की पर्याप्त व्यवस्था नहीं है, इसलिए जनता में दिगिष्ट अनुशासन की आशा ही कैसे की जा सकती है ?

वर्तमान वातावरण में जो परिणाम सामने आ रहे हैं, उनमें भिन्न परिणामों की आशा नहीं की जा सकती।

इन घटनाओं की पुनरावृत्तियों से हमें न आश्चर्यचकित होने की जरूरत है और न खिन्न होने की, किन्तु एक पाठ लेने की जरूरत है। वह है लोकतन्त्रीय शिक्षण की समुचित व्यवस्था। मैं इसमें अधिक सफलता देखता हूँ कि हमारा ध्यान वर्तमान की घटनाओं पर ही न अटके किन्तु जिन कारणों से वे घटित हो रही हैं, वहाँ तक पहुँचे और उनके निवारण में लगे।



## युद्ध और अहिंसा

भारत अहिंसा का मूल स्रोत है। वह उसकी प्रतिष्ठा चाहता है। भारतीय धार्मिकों एवं दार्शनिकों ने ही नहीं किंतु वर्तमान राजनयिकों ने भी अहिंसा की प्रतिष्ठा का प्राणपण से प्रयत्न किया है। प्रधानमंत्री श्री नेहरू ने विश्व-गान्धि के लिए प्रभावपूर्ण ढंग से अहिंसा का अवलम्बन लिया था। गान्धिपूण सह-अस्तित्व सहिष्णुता अनाक्रमण समझौता वार्ता द्वारा विद्वानों का निपटारा और निःशस्त्रीकरण—सब राजनीति के आकाश में एक दिन पक्षशील नक्षत्र की भांति चमक उठा। लगा कि विश्व-गान्धि में उसका महत्त्वपूर्ण योग होगा। चीन और भारत जैसे दो महान देशों के प्रमुखों ने विश्व के सम्मुख उसका यह रूप प्रस्तुत किया

- १ एक-दूसरे की प्रादेशिक या भौगोलिक अखण्डता एवं सार्वभौमिकता का सम्मान।

- २ आक्रमण न करना।

- ३ आर्थिक राजनतिक अथवा सद्धान्तिक—किन्हीं भी कारणों से एक दूसरे के घरेलू मामलों में हस्तक्षेप न करना।

- ४ समानता एवं परस्पर लाभ।

- ५ गान्धिपूण सह अस्तित्व।

बाहुग सम्मेलन में पक्षशील में पाच और सिद्धान्तों का समावेश कर वह २६ राष्ट्र द्वारा स्वीकृत किया गया।

- १ मूल मानव अधिकारों और सयुक्त राष्ट्र संधि के उद्देश्यों प्रयोजनों और सिद्धान्तों के प्रति आदर।

- २ सभी राष्ट्र की प्रभुसत्ता और प्रादेशिक अखण्डता के लिए सम्मान।

- ३ छोटे-बड़े सभी राष्ट्र और जातियों की समानता की मान्यता।

- ४ अन्य देशों के घरेलू मामलों में हस्तक्षेप न करना।

५. सयुक्त राष्ट्र उद्देश्य-पत्र के अनुसार अकेले अथवा सामूहिक रूप से

आत्मरक्षा के प्रत्येक राष्ट्र के अधिकार के प्रति आदर ।

- ६ किमी भी बड़ी शक्ति के स्वार्थ की पूर्ति के लिए सामूहिक सुरक्षा के आयोजनों के उपयोग से अलग रहना, एक देश का दूसरे देश पर दबाव न डालना ।
- ७ ऐसे कार्यों, आक्रमण अथवा बल-प्रयोग की घमक्रियों से अलग रहना जो किसी देश की प्रादेशिक अथवा राजनैतिक स्वा-मीनता के विरुद्ध हो ।
- ८ सभी आन्तरिक झगड़ों का शान्तिपूर्ण उपायों से निपटारा करना ।
- ९ पारस्परिक हित एवं उपयोग को प्रोत्साहन देना ।
- १० न्याय और अन्तर्राष्ट्रीय वायित्वों के लिए सम्मान ।

१३ जून, १९५५ को नेहरू-बुखगानिन के संयुक्त वक्तव्य पर हस्ताक्षर होने के साथ पंचशील का क्षेत्र सैकड़ों गुना बढ़ गया । इस वक्तव्य में पंचशील का तीमरा मिद्धान्त और भी व्यापक रूप में स्वीकार किया गया । तीसरे सिद्धान्त का जो तथा रूप बना, वह इस प्रकार था—किमी भी राजनीतिक, आर्थिक अथवा सिद्धान्तिक कारण से एक-दूसरे के मामलों में हस्तक्षेप न करना ।

भारत ने अपने शान्ति-प्रयत्न और भी तीव्र कर दिये थे । उसके शान्तक संभवत इस तथ्य को भुला चुके थे जहां भौतिकता होती है, बड़ा स्वत्व होता है और जहां स्वत्व होता है, बड़ा सुरक्षा भी आवश्यक होती है और इन तथ्य को भी विस्मृत कर चुके थे कि कूटनीति की छाया में चलने वालों का अतन्त्रल कभी भी अपने को बाह्य अणु में प्रकट नहीं करता । भारत में चीन का आक्रमण होने पर ही उनको इस मत्य का साक्षात् हुआ कि भारत-जैसे शान्तिप्रिय और शान्तिरत देश पर भी कोई आक्रमण कर सकता है और वह भी एक प्राचीन मित्र ।

वर्तमान युद्ध का अतीत यह है और वर्तमान सामने है । युद्ध का समय सबके लिए बड़ा विकट होता है । उसके समर्थन और असमर्थन का प्रयत्न ज्वलन्त हो जाता है । इन समय मिद्धान्तवादी लोग लगभग तीन विचार-धैणियों में बटे हुए हैं

१ आक्रमण में विजयान रत्नने वाले हिंसावादी ।

२ प्रत्याक्रमण में विश्वास रखने वाले मध्यममार्गी ।

३ अनाक्रमण में विश्वास रखने वाले अहिंसावादी ।

अन्तर्राष्ट्रीय साम्यवाद में विश्वास रखने वाले हिंसावादी लोग जैसे अपने देश के प्रति कोई विशेष अनुराग नहीं रखते वैसे ही प्राणी मान के प्रति सद्भावना में विश्वास रखने वाले अहिंसावादी भी किसी देश विशेष के प्रति अनुराग नहीं रखते किन्तु दोनों एक श्रेणी के नहीं होते । हिंसावादी के सामने शत्रु और मित्र का विभाग होता है । अहिंसावादी ने सामने वह विभाग नहीं होता । वह किसी को शत्रु नहीं मानता ।

आध्यात्मिक तुलसी अहिंसावादी है । अहिंसा की सक्षिप्त आराधना में वे प्राणपण से सलग्न हैं । उनकी आत्मा युद्ध का क्या किसी छोटे-से छोटे विग्रह का भी समर्थन नहीं कर सकती । वे आक्रमण को थोर हिंसा मानते हैं । प्रत्याक्रमण उनकी दृष्टि में अहिंसा नहीं है किन्तु आक्रमण और प्रत्याक्रमण भी एक कोटि की हिंसा है यह भी उनका अभिमत नहीं है । आक्रमण थोर और अनपेक्षित हिंसा है । इसलिए उसके समर्थन का प्रश्न ही नहीं आता । प्रत्याक्रमण भी अहिंसा नहीं है इसलिए उसका समर्थन भी एक अहिंसावादी कैसे कर सकता है ? किन्तु उसे आक्रमण का तिरस्कार या विरोध किया जा सकता है, वैसे प्रत्याक्रमण का तिरस्कार या विरोध नहीं किया जा सकता ।

कुछ अहिंसावादी लोग जिनका हिंसा और अहिंसा-सम्बन्धी चिन्तन बहुत स्पष्ट नहीं है इस पर आश्चर्यचकित हैं कि आध्यात्मिक तुलसी ने युद्ध का विरोध नहीं किया । उनका मानना है कि भारत अहिंसा और निःशस्त्रीकरण की बातें थोर युद्ध टालने का प्रयत्न करता रहा है । आज जब उस पर सकट आया तो वह तत्काल शस्त्रीकरण करने तथा युद्ध करने में संलग्न हो गया । जब कोई सकट न आए तब अहिंसा की बात और जब सकट आए तब युद्ध यह कसी अहिंसा ? यही तो कसौटी का समय है । इसी समय उसे अहिंसा के द्वारा हिंसा को परास्त कर विश्व के सम्मुख एक उदाहरण प्रस्तुत करना चाहिए था । यह चिन्तन अहिंसावादी के लिए सबका अर्थ घुंघुं है यह तो नहीं कहा जा सकता किन्तु यह भी नहीं कहा जा सकता है कि यह सबका भ्रान्तिघुंघुं है और यह भ्रान्ति इसलिए उत्पन्न हुई

कि उनकी मान्यता के अनुसार अहिंसा के द्वारा सब कुछ निगपन्न हो सकता है। आचार्यश्री तुलसी अहिंसा की मर्यादा और उसके निश्चिन परिणाम में विश्वास करने हैं। जैसा कि उन्होंने लिखा है—मैं अध्यात्म और अहिंसा के प्रति पूर्ण आस्थावान हूँ, फिर भी उनमें (राष्ट्र और समाज की) नारी समस्याओं का समाधान होना है—इसमें मैं भ्रम मानता हूँ। भौतिक उपकरणों पर स्वन्व का विमर्श करे तो हमारी नारी समस्याएँ अध्यात्म तथा अहिंसा से सुलभ नहीं हैं। किन्तु उन पर स्वत्व स्थापित रखना चाहे और शस्त्र-सज्जा में विमुख भी रहना चाहे तथा (जब) अहिंसा में सब भौतिक उपकरणों की सुरक्षा न हो तब उसे अक्षर भी बनाएँ—यह दुहरा-तिहरा भ्रम है। हमें हिंसा और अहिंसा की मर्यादा और उनके परिणामों को समझ कर ही चलना चाहिए।

भारत एक राष्ट्र है। वह भूमि, अर्थ, पदार्थ, सत्ता और अधिकार का संगठित सस्थान है। उसके शासक, जो अहिंसा की बात करने थे, वे इस अर्थ में करते थे और आज भी करते हैं कि कोई किमी पर आक्रमण न करे और आक्रमण के लिए शस्त्र-सज्जा न बढाए।

कोई भी राष्ट्र जो स्वतंत्र राष्ट्र के रूप में अपना अस्तित्व बनाए रखना चाहता है, प्रत्याक्रमण की मर्यादा से अपने को मुक्त नहीं रख सकता। हा, प्रत्याक्रमण की मर्यादा से राष्ट्र को तब मुक्त रखा जा सकता है, जब उसका शासक-वर्ग और जनता यह मान ले कि इस राष्ट्र पर हमारा कोई स्वत्व नहीं है, जो चाहे वह आए और इसे अपने स्वत्व में ले, यह भावना हो तो प्रत्याक्रमण की कोई भी आवश्यकता नहीं रहती। भौतिक पदार्थों का स्वत्व भी रखना चाहे और उनका संरक्षण अहिंसा के द्वारा करना चाहे—यह दुहरी भूल है। उनका संरक्षण स्वयं हिंसा है और फिर वह अहिंसा का परिणाम कैसे हो सकता है? अहिंसा के द्वारा उसी वस्तु की रक्षा हो सकती है, जो उसके परिणाम-काल में भी अहिंसा हो। भौतिक पदार्थ, सत्ता और अधिकार में सब स्वयं हिंसा है, तब अहिंसा उनका संरक्षण कर पाए, वह कैसे हो सकता है?

उक्त विचारधारा के कुछ लोग कहते हैं—अहिंसा अणुव्रत अहिंसा का विभाजन है। आचार्यश्री तुलसी की दृष्टि में अणुव्रत अहिंसा की विभक्ति

नहीं किन्तु पहुच का तारतम्य है। कोई भी व्यक्ति एक ही उम्र में चोगी तक नहीं पहुच सकता। वह धीमे धीमे आगे बढ़ता है। भगवान महावीर ने अहिंसा की पहुच के कुछ स्तर निर्धारित किए थे। वे वस्तु स्थिति पर आधारित है। उन्हाने हिंसा को तीन भागों में विभक्त किया

- १ सकल्पजा
- २ विरोधजा
- ३ आरम्भजा

सकल्पजा हिंसा आक्रमणात्मक हिंसा है। वह सबके लिए सर्वथा परिहार्य है। विरोधजा हिंसा प्रत्याक्रमण हिंसा है। उसे छोड़ने में वह असमर्थ होता है जो भौतिक समस्याओं पर अपना अस्तित्व रखना चाहता है। आरम्भजा हिंसा आजीविकात्मक हिंसा है। उसे छोड़ने में वे सब असमर्थ होते हैं, जो भौतिक साधना के अवन-सरक्षण द्वारा अपना जीवन चलाना चाहते हैं।

आज चीन सकल्पजा हिंसा या आक्रमणात्मक हिंसा की स्थिति में है और हिन्दुस्तान प्रत्याक्रमण की स्थिति में है। इस स्थिति में भारतीय शासक यह निर्णय कैसे ले सकते हैं कि वे चीनी सैनिका का सामना प्रतिरोध न कर। यदि वे ऐसा निणय लें तो वे शासक रह ही नहीं सकते। यह निणय तो भारत की पैतालीस करोड़ जनता ही ले सकती है कि चीनी जिस गति से आ रहे हैं उन्हें आने दिया जाए। उनका सामना प्रतिरोध न किया जाय। यह निर्णय वह तभी ले सकती है जब भौतिक सत्तासे अपना स्वत्व हटा ले। यदि ऐसा न चाहे भौतिक सत्ता को बनाए रखना चाहे और उसका सरक्षण चाहे अहिंसा से यह असम्भव नहीं तो तभी सम्भव है जब सब लोग और सब राष्ट्र आक्रमण को अमानवीय काय मानने लग जाए।

लिए हिंसा के क्षेत्र में कहा जाना है, शक्ति का सकल प्रतिकार शक्ति ही है।

अप्य अहिंसा की शक्ति बढ़ी अहिंसा की शक्ति से परास्त नहीं इस लिए अहिंसा के क्षेत्र में नहीं कहा जा सकता कि शक्ति का सकल प्रतिकार शक्ति ही है। अहिंसा की शक्ति से हिंसा की शक्ति परास्त नहीं होती किन्तु परिवर्तित हो जाती है। अहिंसा में मारक शक्ति नहीं है। उसमें हिंसक का हृदय प्रभावित हो सकता है, परिवर्तित हो सकता है अहिंसक बन सकता है पर उसका प्रभावित-परिवर्तित होना अनिवार्य नहीं है।

४ अन्तिम प्रश्न प्रथम प्रश्न से भिन्न नहीं है उसी का पूरक है। अहिंसा का स्वरूप है मैत्री का अनन्त प्रवाह। उसका जगत् सीमाशून्य या विभाजन रेखाओं से मुक्त होता है। राष्ट्र एक भौतिक सीमा है। इस लिए अहिंसा के सामने इस या उसकी सुरक्षा का प्रश्न ही नहीं होता। उसके सामने सबकी सुरक्षा का प्रश्न होता है।

अहिंसा की मर्यादा है सबकी सुरक्षा—प्राणी-मात्र की सुरक्षा। एक की सुरक्षा और दूसरे की अ-सुरक्षा यह अहिंसा की मर्यादा का भंग है।

अहिंसा की मर्यादा है आत्मिक सुरक्षा। भौतिक सुरक्षा उससे हो सकती है—यह कहने की अपेक्षा यह कहना अधिक सरल है कि उससे नहीं हो सकती।

शस्त्र-शक्ति से आत्मिक सुरक्षा नहीं हो सकती तब हम कैसे आशा करें कि अहिंसा की शक्ति से भौतिक सुरक्षा हो सकती है।

५ अहिंसा का अस्त्र आणविक अस्त्र से भी अधिक शक्तिशाली है। किन्तु उसका प्रयोग शक्तिशाली व्यक्ति ही कर सकता है। हर व्यक्ति से उसके प्रयोग की आशा करना कठिन है। शस्त्र-शक्ति का प्रयोग एक कायर आदमी ने लिए समर्थ नहीं वैसे ही अहिंसा की शक्ति का प्रयोग उस शूरवीर के लिए भी समर्थ नहीं जिसके मन में परिग्रह और जीवन का मोह है तथा जिसका मन धुंधला से भरा है।

अहिंसा की शक्ति का सामान्य प्रयोग हर आदमी कर सकता है पर उसके असाधारण प्रयोग की अपेक्षा उन व्यक्तियों से ही की जा सकती है, जिनका प्रेम धरणा पर विजय पा चुका जिनकी दृष्टि में मनुष्य केवल मनुष्य

## सह-अस्तित्व

बिस्वी युग में सारे मनुष्य आस्तिक और नास्तिक इन दो धाराओं में बँटे हुए थे। वर्तमान में सब लोग सह-अस्तित्व और असह-अस्तित्व की धारा में बँटे हुए हैं। अफ्रीका देश सह-अस्तित्व निष्पत्तीकरण और समझौता-नीति में विश्वास करते हैं तथा युद्ध से घृणा करते हैं। कुछ देश असह-अस्तित्व और विवाद बढ़ाने में विश्वास करते हैं तथा युद्ध को अनिवार्य मानते हैं। जितने भी विश्व कलह या युद्ध होने हैं वे सब निरपेक्षता से होते हैं। सामाजिक जीवन का मूल आधार सापेक्षता है। भौगोलिक सीमाओं से विभक्त होने पर भी सब मनुष्य एक ही समाज के अविभक्त अंग हैं। शरीर के अंगों की संस्थान रचना और कार्य प्रणाली जैसे भिन्न होती है, वैसे ही समाज के अंग मनुष्यों की संस्थान रचना और कार्य प्रणाली भिन्न होती है। भेद को ही सामने रखकर यदि एक अंग दूसरे से निरपेक्ष होता है उसकी उपेक्षा करता है, तो अंगी स्वस्थ नहीं रहता। एक की क्षति का फल भोग समूचे अंगों को दूसरी भाषा में सभी अंगों को करना पड़ता है।

मान कोई एक देश दूसरे देश पर आक्रमण करता है, उससे निरपेक्ष व्यवहार करता है या उसकी उपेक्षा करता है तो उसकी प्रतिक्रिया एक छोर से दूसरे छोर तक होती है। वह प्रश्न अन्तर्राष्ट्रीय प्रश्न बन जाता है। अन्तर्राष्ट्रीयता का अर्थ ही सह-अस्तित्व है। उसका आधार है भेद और अभेद का समन्वय। विश्व में ऐसा कोई भी पदार्थ नहीं है जो सबका भिन्न हो या सबका अभिन्न ही हो। भिन्नता और अभिन्नता की समन्विति ही पदार्थ का अस्तित्व है और वही वास्तविक सच्चाई है। असह-अस्तित्व का सिद्धान्त इसे झुठलाने का प्रयत्न है। पर वह सफल नहीं हो सकता। मनुष्य के अस्तित्व का आधार सह-अस्तित्व ही हो सकता है। असह-अस्तित्व का सिद्धान्त एक मानसिक उन्माद है। एक बिग हिटलर इसके

## जीव का तर्कातीत अस्तित्व

अनेकान्त' (अगस्त १९६५) में जीव का अस्तित्व जिज्ञासा और समाधान' शीपक मरा लेख प्रकाशित हुआ। उसके विषय में दो प्रकार की प्रतिक्रियाएँ मुझे प्राप्त हुई हैं। प्रथम प्रकार की प्रतिक्रिया यह है— दशनशास्त्र ने स्थलो को पढ़कर मुझ जीव के अस्तित्व में आस्था नहीं हुई ऐसी अभिव्यक्ति क्या एक जन मुनि के लिए उपयुक्त हो सकती है ?

मैं पाठक की भेधा को क्या दोष दूँ ? यह मेरी सक्षिप्त-शैली का ही दोष है कि मैं अपना हृदय पाठक के मन तक नहीं पहुँचा सका। मैं समझता हूँ जो मैंने लिखा है, उसे विस्तार से लिखूँगा तो साधारण पाठक भी मुझसे असहमत नहीं होगा।

जैन तत्त्व विद्या के अनुसार जीव अरूपी सत्ता है। उत्तराख्ययन (१४।६) में लिखा है—वह अमृत होने के कारण इन्द्रिय-ग्राह्य नहीं है नो इन्द्रिय गेज्जक अमृत भावा।

आचारण (५।६) में कहा है—जीव का वास्तविक स्वरूप शब्दातीत है। उत्प्रेक्षणीय भी नहीं है। अर्थात् तर्क का विषय भी नहीं है। तर्क सम्भवतः पदार्थ विषय के अस्तित्व का निर्णय करता है वह वहाँ नहीं है इसलिए वह तर्कातीत है। वह तर्कातीत इसलिए भी है कि मति (मन व व्यापार) से उसका ग्रहण नहीं होता।

सबसे सरा नियटटति तनका जत्थ न विज्जइ मई सत्थ न गाहिया।

आयम का उद्घोष यह है कि जीव इन्द्रिय तर्क और मति से प्राप्त नहीं है तब उनके द्वारा जीव के प्रति आस्था या अनास्था हो सकती है यह कैसे माना जाए ?

दशनशास्त्र हो या दूसरे शास्त्र वे सब दिशासूचक होते हैं। वे सिद्धान्त या मान्यता प्रस्तुत करते हैं। जिस व्यक्ति के सस्कार में सिद्धान्त पठता है, उसे वह मान्य हो जाता है जिसके सस्कार में नहीं पठता उसे



लिए एक होती है।

वास्तविकता तक उन लोगो की पहुच होती है जिनका ज्ञान अतीन्द्रिय (इन्द्रियातीत) होता है। हमारा ज्ञान एन्द्रियिक है इसलिए हमारा जगत् मान्यता का जगत है। हमारे सस्कार आत्मवादी धारा के है, इसलिए हम मानते है कि जीव है। जिनके सस्कार अनात्मवादी धारा के होते है, वे मानते है कि जीव नहीं है। वास्तव मे जीव है या नहीं है—इस वास्तविकता तक पहुचने के साधन न उनके पास है जो सस्कारवश जीववादी हैं और न उनके पास है जो सस्कारवश अनात्मवादी हैं।

हम वास्तविकता तक तब पहुच पाते है जब हमारा ज्ञान अतीन्द्रिय प्रयत्न हो जाता है और हमारे सस्कार आत्मानुभूति के आलोक मे विलीन हो जाते है।

सस्कार जब विलीन हो जाते है, तब हमारी मान्यताए समाप्त हो जाती है और हमारी आस्था मे प्रत्यक्ष ज्ञान का उदय होना है। मान्यता की दृष्टि से एक आदमी कहता है जीव है और दूसरा कहता है, जीव नहीं है। इन दोनो मान्यताओ को दर्शनशास्त्र का विषय न मानना अर्थात् शब्दातीत या तर्कातीत मानना सशयवाद या अनिश्चितवाद नहीं है। सशय की परिभाषा है—उभय कोटि सत्पराज्ञान या दो अनिश्चित विकल्पो का स्वीकार जस वह सामने सम्भा है या आदमी ? कि-नु दो निश्चित विकल्पो का दो अपेक्षाओ से होने बाधा प्रतिपादन सशय नहीं हो सक्ता।

सशय वेल्डिठ के सशयवाद का आकार इस तर्कसूत्र से भिन्न है। उसका आकार इस प्रकार होगा— मे नहीं कह सकता कि जीव है या नहीं है। यह सशयवाद है। यह एक ब्यक्ति के दो अनिश्चित विकल्प है। मेरे तर्कसूत्र मे दो ब्यक्तियों के दो निश्चित विकल्प है। इसमे वास्तविक सत्य के लिए स्थान सुरक्षित नहीं है। मैंने जो तर्कसूत्र प्रस्तुत किया है उसमे सस्कारगत सत्य माध्यमिक कसौटी और वास्तविक सत्य अन्तिम कसौटी है। इसलिए वह सशयवाद नहीं किन्तु अन्तिम सत्य की मान्यता का सिद्धान्त है। इसकी तुलना सर्वज्ञता के तर्कसूत्र से होती है। असर्वज्ञवादी ने जब तर्क प्रस्तुत किया है कि सर्वज्ञ नहीं है तब सर्वज्ञवादी ने प्रतितर्क

## जीव का अस्तित्व जिज्ञासा और समाधान

बालचन्द्रजी नाहुटा को मैं लम्बी अवधि से जानता हूँ। पुनर्भवी आरम्भ में उन्हें विश्वास नहीं है। फिर भी इस विषय की खोज में वे अपना समय लगाते हैं। आचार्यजी तुलसी वि २०२ का चातुर्मास अब लाइन् में बिता रहे थे तब वे वहाँ आए। उन्होंने मुझ अनेकान्त (जून १९४२) का एक पत्र दिया और कहा कि इस प्रश्नावली पर आप अपना अभिमत लिखें। मैंने उसे पढ़ा और कहा कि अभी मैं उत्तराध्ययन के सम्पादन-कार्य में बहुत व्यस्त हूँ इसलिए इस पत्र को अपने पास रख लेता हूँ। समय पर भिन्न सकूंगा। लगभग डेढ़ वर्ष के बाद उम्र पर मैं अपना अभिमत लिख रहा हूँ।

प्रस्तुत प्रश्नावली जुगनकिशोरजी मुस्तारकी है। वे स्वतः सत्त्वविद् व्यक्ति हैं। उनके मन में कुछ प्रश्न उठे हैं जिन्हें उन्होंने जिज्ञासु भाव से प्रस्तुत किए हैं। तेईस वर्ष पुरानी प्रश्नावली पर लिखूँ यह लगता कैसा ही है पर एक व्यक्ति ने चाहा तब मेरा कतव्य हो गया कि उस पर कुछ लिखूँ। इस प्रश्नावली में दस प्रश्न हैं और वे परस्पर सम्बद्ध हैं। इसलिए मैं अति भक्त रूप से उनकी समीक्षा करना चाहता हूँ।

प्रश्नावली—

१ सैतन्य गुण विशिष्ट सूक्ष्मातिसूक्ष्म अक्षण्ड पुंगल पिण्ड (काय) को यदि जीव कहा जाय तो इसमें क्या हानि है—युक्ति से कौन-सी बाधा आती है ?

२ जीव यदि पौद्गलिक नहीं है तो उसमें सौध्म्य-स्थौल्य अथवा सकोष विस्तार क्रिया और प्रदेग परिस्पन्द कैसे बन सकता है ?

३ जीव के अपौद्गलिक होने पर आत्मा में पदार्थों का प्रतिबिम्बित होना—दपण तजवत् भलकना—भी कैसे बन सकता है ? क्योंकि प्रतिबिम्ब का ग्राहक पृथक् ही होता है—उसी में प्रतिबिम्ब-ग्रहण की अवस्था

छाया को अपने में अकिन करने की योग्यता पायी जाती है ।

४ न-शरीर न-कादि में भी अस्वीकार को पुद्गल का पर्याय माना गया है और जीव में सकोश-विस्तार होने से सौख्य-स्थूल्य स्पष्ट है, तथा 'आत्मप्रवाद' पूर्व में जीव का नाम 'पुद्गल' भी दिया है, जैसा कि उक्त पूर्व का वर्णन करने हुए 'वचना' सिद्धान्त टीका के प्रथम खण्ड में 'उक्त च' रूप में जो दो गायान् दो हैं, उनके निम्न अर्थ से तथा वही 'पोगल' शब्द के प्राकृत में ही दिग्गुण निम्न अर्थ से प्रकट होता है

जीवो कनाय वत्ताय पाणो भोताय पोगलो ।

छन्विह मठाण बहु विह देहेहि पूरदिगसदिति पोगलो ॥

अज्ञान-स्वरो के भगवती मूत्र में भी जीव को पुद्गल नाम दिया है, कोशो में भी 'वेहे चात्मनि पुद्गल' रूप से पुद्गल का आत्मा अर्थ भी दिया है। बौद्ध के महा-नो आमतौर पर पुद्गल नाम का प्रयोग पाया जाता है। तब जीवों को पौद्गलिक क्यों न माना जाय ?

५ जीव को 'परउपोत्त' तथा 'ज्योतिस्वरूप' कहा गया है और ध्यान द्वारा उसका अनुभव भी 'प्रकाशमय' बतलाया गया है—अन्तःकरण के द्वारा वह प्रत्यक्ष भी होता है। सब चीजों में उनके पौद्गलिक होने को सूचित करती है—उपरोध और प्रकाश पुद्गल का ही गुण माना गया है। ऐसी हालत में भी जीव को पौद्गलिक क्यों न माना जाय ?

६ अमूर्ति का लक्षण पचाव्याधी के 'मूर्तस्थादिन्द्रिय ग्राह्य तद्ग्राह्यम-मूर्तिमत्' (२-७), इस वाक्य के अनुसार यदि यही माना जाय कि जो इन्द्रिय-गोचर न हो वह अमूर्तिक, तो जीव के पौद्गलिक होने का ही उसके अमूर्तिक होने में कोई बाधा नहीं आती। अनस्य पुद्गल के प्रथमरूप होकर भी कामनिबन्धना जैसे इन्द्रियगोचर नहीं है और इसलिये अमूर्तिक है, ऐसा कहा जा सकता है। इसमें क्या बाधा आती है ? यदि निराकार ही होना अमूर्तिक का लक्षण हो तो उसे सक्रियाणवत् अवस्तु क्यों न समझा जाय ?

७ पुद्गल के यदि दो भेद किए जाए—एक चैतन्य-गुण-विशिष्ट और दूसरा चैतन्य-गुण-रहित, चैतन्य-गुण-विशिष्ट पुद्गल को केवल 'वर्ण-वस्तु'—अर्थात् भी 'चक्षुरादीवरणवन्त' माना जाय और दूसरे को 'स्पर्श रस

गन्धवर्णवन्त माना जाय और उन्हीं मरुपादि की रसादि के साथ ध्याप्ति स्वीकार की जाय तो इसमें क्या हानि है ? ऐसा होने पर प्रथम भेदरूप जीवों को तत्स्वार्थ-सार के कथनानुसार (= ३२) ऊर्ध्व गौरव धर्माण और द्वितीय भेदरूप पुद्गलों को अधो गौरव धर्माण कहना भी तब निरापद हो सकता है। अथवा अपौद्गलिक म गौरव का होना नहीं बनता। गुरुता लघुता वह पुद्गल का ही परिणाम है।

८ यदि पुद्गल मात्र को स्पष्ट रस-गन्ध-वर्ण इन चार गुणों वासा माना जाय—उसी को मूर्तिक कहा जाय और जीव में वण गुण भी न मानकर उसे अमूर्तिक स्वीकार किया जाय तो ऐसे अपौद्गलिक और अमूर्तिक जीवात्मा का पौद्गलिक तथा मूर्तिक कर्मों के साथ बद्ध होकर विकारी होना कैसे बन सकता है ? इस प्रकार के बन्ध का कोई भी दृष्टान्त उपलब्ध नहीं है। और इसलिए ऐसा कथन (अनमान) अनिश्चय होने से (आप्तपरीक्षा की ज्ञानशक्त्यव नि शेषकार्थोत्पत्ती प्रभु किल। सदैश्वर इति स्यात्ते नृमानमानदर्शनम इस आपत्ति के अनुसार) अज्ञात ठहरता है—सुवण और पापाण के अनादि बन्ध का जो दृष्टान्त दिया जाता है वह विषम दृष्टान्त है और एक प्रकार से सुवण-स्थानी जीव के पौद्गलिक होने को ही सूचित करता है— यदि ऐसा कहा जाय तो इस पर क्या आपत्ति खड़ी होती है ?

९ स्पष्ट रस-गन्ध-वर्ण में से कोई भी गुण जिसमें हो उसे मूर्तिक मानने पर (स्पर्शा रसश्च गन्धश्च वर्णो मी मूर्तिसंज्ञका आदि पचाध्यायी २ ९) और जीव को वण गुण विशिष्ट स्वीकार करने पर (जिसका कुछ अभ्यास शुक्लध्यान शब्द के प्रयोग से भी मिलता है) जीव भी मूर्तिक ठहरता है और तब मूर्तिक जीव का मूर्तिक कर्मों के साथ बद्ध होकर विकारी होने में कोई बाधा नहीं आती। वह सजातीय विजातीय-पुद्गलों का ही बन्ध ठहरता है यदि ऐसा कहा जाय तो वह क्योकर आपत्ति के योग्य हो सकता है ?

१ 'रागादिक को पौद्गलिक' बतलाया गया है (अये तु रागाद्या हैया पौद्गलिका अमी पचा २ ४५७) और रागादिक जीव के अशुद्ध परिणाम हैं—बिना जीव के उनका अस्तित्व नहीं। यदि जीव पौद्गलिक

है, वह भी सत्कारणत सत्य है। वास्तविक सत्य वह होता कि जब हम मानने नहीं कि जीव है या नहीं है किन्तु यह जान लगे कि वह है या नहीं है।

यदि आप कहें कि वास्तविक सत्य है इसे क्या हम जानते हैं ? नहीं जानते हुए भी जब हम मानते हैं कि वह है तो फिर इसी को वास्तविक सत्य क्या न मान लें कि जीव है या नहीं है ? जो मेरे लिए रहस्य है, उसे मैं मान रहा हूँ। जान तो नहीं रहा हूँ। यदि मैं उसे जान रहा होता तो वह मेरे लिए रहस्य ही नहीं होता। आज हम सबके सामने अतीत और भविष्य तथा बहुलाशये वतमान भी इतना अपूर्ण है कि उनके विषय में हम अपनी मान्यताएँ ही स्थापित कर सकते हैं। तो मेरी मान्यता यह है कि हमारा वर्तमान व्यक्तिच न सवथा पौद्गलिक ही है और न सर्वथा अपौद्गलिक ही है। यदि उसे सवथा पौद्गलिक मान तो उसमें चतय नहीं हो सकता और यदि उसे सर्वथा अपौद्गलिक मानें तो उसमें सकोच विस्तार (देखें प्रश्नांक ४) प्रकाशमय अनुभव (देखें प्रश्नांक ५) ऊर्ध्व गौरव धर्मता (देखें प्रश्नांक ७) राग आदि (देखें प्रश्नांक १) नहीं हो सकते।

मैं जहाँ तक समझ सका हूँ कोई भी शरीरधारी जीव अपौद्गलिक नहीं है। जिन आचार्यों ने उनमें सकोच विस्तार बंधन आदि माने हैं। अपौद्गलिकता उसकी अन्तिम परिणति है, जो शरीर मुक्त से पहले कभी प्राप्त नहीं होती। और वह हमारी परीक्षानुभूति का विषय नहीं है। जहाँ तक हमारी प्रत्याक्षानुभूति का प्रश्न है जीव का भ्रूण और भविष्य दोनों अज्ञात हैं। वर्तमान जो ज्ञात है उसे प्रश्नकर्ता चत-य-गुण विशिष्ट पुद्गल कहना चाहते हैं और मैं पद्गल-युक्त चैतन्य कहना चाहता हूँ। पुद्गल और चैतन्य ये दोनों घना मे हैं। प्रश्नकर्ता को चैतन्य को गौण और पुद्गल को मुख्य स्थान देना इष्ट है। इस रेखा पर पहुँचते ही हमारी हरी नेत्र गौणता और मुख्यता तक सीमित हो जाती है। जिस चैतन्य की प्रकृति से ही शरीर दूसरे पुद्गल का ग्रहण स्वीकरण (आत्मसात् करण) और विसर्जन करता है और अपनी हर प्रवृत्ति में जिसकी अवीनता स्वीकार करता है, क्या उसे गौण स्थान दिया जा सकता है ?

## यदि मनुष्य क्रूर नहीं होता

मनुष्य सीमा में बंधा हुआ जन्म लेता है। असीम बनने का प्रयत्न उसका सिद्धान्त पक्ष है।

मनुष्य व्यक्ति के रूप में आता है, सामुदायिक बनता है जीवन की उपयोगिता के लिए।

जीवन में कुछ ऐसे तत्त्व हैं, जो प्रसरणशील नहीं हैं। उनकी सीमा में मनुष्य की वैयक्तिकता सुरक्षित रहती है। कुछ तत्त्व प्रसरणशील होते हैं, वे उसे सामुदायिक बनाते हैं। समाज की भाषा में वैयक्तिकता अच्छी नहीं है, तो कोरी सामुदायिकता भी अच्छी नहीं है।

दोनों की अपनी-अपनी सीमाएँ हैं। व्यक्ति को सामुदायिकता के उस बिन्दु पर नहीं पहुँचना चाहिए, जहाँ उसकी स्वतन्त्र सलाह ही न रहे। उसे वैयक्तिकता की वह रेखा भी निर्मित नहीं करनी चाहिए, जो स्वार्थ के लिए औरों के अस्तित्व को अपने में विलीन कर दे। स्वस्थ विचार वही है, जो दोनों की भर्थादा का व्यवस्थापन करे।

वैयक्तिकता का नाश सत्तात्मक अधिनायकवाद से होता है। सत्ता को उत्तेजन देता है व्यक्ति का स्वार्थ—सामुदायिक सीमा का अतिक्रमण।

मनुष्य में अपनी सुख-सुविधा के लिए एक विशेष प्रकार का रागात्मक मनोभाव होता है। वही उसे दूसरों के प्रति क्रूर बनाता है। यदि स्व के प्रति अनुराग न हो तो पर के प्रति क्रूर होने का कोई कारण ही न रहे। शत्रुता इसीलिए उत्पन्न होती है कि मनुष्य अपने हितों को दूसरों के हितों के विनाश की सीमा तक ले जाता है। यदि वह अपनी सीमा में रहे, तो सब एक-दूसरे के मित्र ही मिलें। मैत्री में जो आनन्द, शान्ति और अभय है, वह शत्रुता में नहीं है। शत्रु-भाव की सृष्टि सहज है, किन्तु उसके परिणामों में वचन सहज नहीं है। विश्व के रंगमंच पर अनेक रक्त-क्रान्तियाँ हुईं। कुछेक व्यक्ति क्रूर बने। उन्होंने दूसरों के स्वार्थों पर

आघात किया। क्रूरता ने क्रूरता को जन्म दिया। बहुत क्रूर बने और बड़ों की क्रूरता को नहीं किंतु स्वयं को ही मिटा डाला। यह रक्तकान्ति का इतिहास है। व्यक्ति-स्वातन्त्र्य के अपहरण या अधिनायकवाद का आधार व्यक्ति का स्वायत्त विस्तार और उससे उत्पन्न क्रूरता है। मनुष्य अप्रमाणिक बनता है। साथ-वस्तुओं में मिथ्यण करता है, शोषण करता है, दूसरों के हितों की उपेक्षा करता है, स्वल्पतम लाभ देकर अति लाभ लेता है, शोष जन्म नहीं लेते यदि मनुष्य क्रूर नहीं होता।

बहुत लोग ऐसे हैं, जो दूसरों को सहन नहीं कर सकते। वे अपनी मान्यता अपने चिंतन और अपनी कार्य-पद्धति को सर्वोपरि महत्त्व देते हैं। अपने से भिन्न मत को सुनते ही उबल उठते हैं।

पारिवारिक कलह इसलिये होता है कि एक-दूसरे की स्वतन्त्र चर्चा या शूल को सहन नहीं करते। जातीय-कलह की उत्पत्ति का भी यही कारण है। दूसरा उचित परामर्श देता है उसे सुनने की भी क्षमता नहीं होती। दूसरों से शिक्षा-वचनों को सुनने की वृत्ति नहीं-असी होती है। बहुधा उत्तर होता है—मैं तुमसे अधिक जानता हूँ। बहुत छोटी बात को लेकर लड़ लेते हैं, गालियाँ देते हैं, तिरस्कार करते हैं, सम्मानयोग्य व्यक्तियों का सम्मान नहीं किया जाता। सामुदायिक शक्ति के उपयोग से बर्चित रहते हैं, दल-बन्दी का प्रसार होता है एक-दूसरे को गिराने का यत्न करते हैं, अपनी बात रखने की धुन में तथ्यों की तौड़ मरोड़ की जाती है—ये शोष जन्म नहीं लेते यदि मनुष्य असहिष्णु नहीं होता।

क्रूरता और असहिष्णुता—ये दोनों असामाजिक तत्त्व हैं। समाज में रहने पर भी जो क्रूर है असहिष्णु है, वह सामाजिक प्राणी नहीं है। मनुष्यों का समाज इटो-पत्थरो का डेर नहीं है। वह अनुभूतिशील चेतनावान प्राणियों का समुदाय है। उन सबसे प्रिय-अप्रिय का मन्तोभास सुख-दुःख का संवेदन अनुकूल-प्रतिकूल स्थिति का प्रभाव क्रिया की प्रति क्रिया आदि-आदितत्त्व हैं। जो मनुष्य अपनी प्रिय सुखद और अनुकूल परिस्थिति बनाने के लिए दूसरों के लिए अप्रिय दुःखद और प्रतिकूल परिस्थिति का निर्माण करता है, उसे क्या सामाजिक प्राणी कहा जा सकता है ?

मनुष्य-मनुष्य में बुद्धि-बल और क्रियात्मक शक्ति का तारतम्य है।

यदि मनुष्य क्रूर नहीं होता । ५७

एक बुद्धिमान् आदमी कम बुद्धि वाले लोगो को डगना है, मरु शक्तिशाली व्यक्ति दुर्बल व्यक्तियों को अभिभूत करना है, क्रियात्मक शक्तिशाली दुरुपयोग कर दूसरो को बेकार करना है—ये दोष जन्म नहीं लेने, यदि मनुष्य सामाजिक होता ।

धर्म का स्वरूप समता है । जिसमे नम्रभाव नहीं है, गगन-द्वेष या प्रिय-अप्रिय मे तटस्थ दृष्टिकोण नहीं है, वह धार्मिक नहीं है । मरु आत्मा समान हैं—यह धार्मिक मान्यता की नींव है । दैहिक भेद वास्तविक नहीं है । जातीय, क्षेत्रीय, प्रान्तीय, राष्ट्रीय और भाषागत भेद कुत्रिम है, यह जानकर भी मनुष्य अपनी जानि का सब और दूसरी जानि का निरन्कार करता है । श्रेयवाद, प्रान्तवाद, राष्ट्रवाद और भाषावाद के आधार पर मनुष्य मनुष्य मे विरोध का बीज बोना है, मनुष्य को वास्तविक एकता को काल्पनिक मिथ्यान्तों के आधार पर छिन्न-भिन्न करना है, मनुष्य मनुष्य का शत्रु बनता है—ये दोष जन्म नहीं लेने, यदि मनुष्य धार्मिक होता ।

क्रूरता और असहिष्णुता अर्भकों के मूल हैं । सामाजिक जीवन मे मैत्री की अपेक्षा है । धार्मिकता मैत्री का उद्गम-स्थल है । मैत्री के लिए उमकी चर्चा ही पर्याप्त नहीं है । आवश्यकता यह है कि क्रूरता और असहिष्णुता पर विजय पाने का यत्न किया जाए । उसमे जीवन में धार्मिकता विकसित



## जीवन के नये मूल्य

आज हिन्दुस्तान सक्रमणकाल में गुजर रहा है उसके पुराने मूल्य बदल रहे हैं और नये मूल्य अभी स्थिर नहीं हुए हैं। इसीलिए वह अनेक नयी कठिनाइयों का सामना करने को विवश है। पुराने लोग धर्म को सर्वाधिक मूल्य देने थे। आज में बुद्धिवादी युवक की दृष्टि में उसका कोई मूल्य नहीं है। धर्म को सर्वाधिक मूल्य इसलिए दिया जाता था कि उससे मोक्ष मिलता है मनुष्य सारे बंधनों से मुक्त होता है। स्वतंत्रता का मुख्य आज भी सर्वोपरि है। किन्तु उसका सम्बन्ध केवल राष्ट्र से है—भौगोलिक सीमा से है। मनुष्य की इन्द्रियों मन और चेतना को स्वतंत्रता से उसका कोई सम्बन्ध नहीं है। धर्म का सिद्धान्त पारलौकिक होते हुए भी इहलौकिक था। उससे वर्तमान जीवन भी पूर्णरूपेण अनुशासित होता था। आत्मानुशासन और समय का अविचल प्रवाह जहा होता है वहा दायित्वों कर्तव्यों और मर्यादाओं के प्रति जागरूकता सहज ही हो जाती है। राष्ट्रीय स्वतंत्रता का सिद्धान्त सबथा इहलौकिक है। वर्तमान जीवन को अनुशासित करने के लिए इसे सर्वोपरि माध्यम माना गया है।

किन्तु भारतीय युवक में जितनी धर्म चेतना विलुप्त हुई है उतनी राष्ट्रीय चेतना जागृत नहीं हुई है। इसीलिए उसमें आत्मानुशासन और समय का अपेक्षाकृत अभाव है और इसीलिए वह दायित्वों कर्तव्यों और मर्यादाओं के प्रति कम जागरूक है।

भारत का प्राचीन साहित्य विनय की गुण-गाथा से भरा पड़ा है। अविनीत विद्यार्थी विद्या का अपात्र समझा जाता था। अविनीत पुत्र पिता का उत्तराधिकार नहीं पा सकता था। अविनीत आदमी समाज में अनाशुत होता था। इसीलिए विनय को बहुत मूल्य दिया जाता था। वह व्यक्ति और समाज दोनों को एक शृंगार में पिरोए हुए था। आज का अध्यापक विद्यार्थी को विनय के आधार पर विद्या नहीं देता। वह यह नहीं देखता कि

उसका विश्वार्थी पात्र है या अपात्र । वह उसे पढ़ाना है जो पढ़ने वप की परीक्षा में उत्तीर्ण हो जाता है । उत्तमचिकित्सा का प्रश्न आज मिट चुका है । समाज में वह अधिक समादन होता है, जो अधिक मोट-मोड़ का भक्तता है । विनय को कोई प्रोत्साहन नहीं मिल रहा है । उसे गुलाम-मनोवृत्ति का सूत्र माना जा रहा है । उमौरिण आज व्यक्ति और समाज दोनों एक मुद्दे शृंखला में जाबद्ध नहीं है ।

पुराने अमानि में रत्न माना जाता था कि वचन का मूल्य सर्वोपरि है । जो महान् जादमी होते हैं उनके वचन पदम की लकीर के समान अमिट होते हैं । जिम जादमी का वचन जड़ की लकीर के समान क्षणिक होता है वह महान् नहीं माना जाता ।

वर्तमान में अपने वचन में मुक्त जाना बड़ा कौशल है और बड़े जादमियों की नाम पहचान है । पारम्परिक अविश्वास बटाने में हमने बहुत बड़ा योग दिया है ।

पहले लोग केवल भारतीय थे । उनका संघर्ष-समझने का नाग ह्य भारतीय था । वे भारतीय पद्धति में ही जीने और उनी पद्धति में मरने थे । अब वैज्ञानिक उपलब्धियों ने माने विश्व को बहुत निकट ला दिया है । अब भारतीय केवल भारतीय नहीं है, वह जागतिक है । इसलिए वह बहुत व्यापक दृष्टि से देखता है और उन्मुक्त मस्तिष्क में सूचता-समझना है । जब वह बुद्ध, महावीर, व्यास और लकन को पढ़ता था तब उसे नैतिक सर्वादाएँ अनिवाय लगती थीं । अब वह फायद को पढ़ता है तो उसे लगता है कि ये सर्वादाएँ कृत्रिम हैं, इच्छाजो के दमन में निष्पन्न हैं । इनके पीछे वास्तविकता का कोई हाथ नहीं है । इन्हींलिए आज एक-एक कर सर्वादाएँ समाप्त हो रही हैं । नैतिक मानदण्ड गिर रहे हैं । आज विश्वविद्यालयों में ब्रह्मचर्य की चर्चा-उपहास का विषय बन जाती है । दिल्ली विश्व-विद्यालय के वाइस चान्सेलर श्री गामुर्ली ने वातचीत के प्रसंग में कहा—  
“मुनिजी ! हम जब पहले थे तब हमें ब्रह्मचर्य के विषय में बहुत बानें बलाई जाती थी । हमारा यह विश्वास हो गया था कि ब्रह्मचर्य बहुत बड़ी शक्ति है ।”

शक्ति सचय बहुत आवश्यक है। आज स्थिति बहुत भिन्न है। विश्व विद्यालय में मैं ब्रह्मचर्य के बारे में कहूँ तो विद्यार्थी समझते यह किस युग की बात कर रहा है। आज ब्रह्मचर्य के प्रति बहुत आदर की भावना नहीं है। उसकी अच्छाई के प्रति आस्था भी नहीं है। इसीलिए आज विलास का निरंकुश चक्र चल रहा है।

### स्वस्थ समाज की अपेक्षाएँ

आत्मानुशासन तथा समय विनम्रता पारस्परिक विश्वास और इन्द्रिय-सयम—ये स्वस्थ समाज की अनिवार्य अपेक्षाएँ हैं। प्राचीन समाज में ये अपेक्षाएँ धर्म विनय वचन निर्वाह और मर्यादाओं के द्वारा पूर्ण होती थीं। अब इनके प्रति निष्ठा कम हो रही है। इसीलिए आज का युवक इनसे दूर हो रहा है। इन नामों से भले ही कोई दूर हो जाए पर इन अपेक्षाओं से कोई सामाजिक प्राणी दूर नहीं हो सकता। आत्मानुशासन के अभाव से व्यक्तिगत स्वतंत्रता सुरक्षित नहीं रह सकती। जिस समाज में अपने-आप पर नियंत्रण करने की शक्ति होती है उस पर राज्य का नियंत्रण बहुत कम होता है। व्यक्तिगत स्वतंत्रता बहुत व्यापक होती है। जैसे-जैसे समाज में आत्म नियंत्रण की शक्ति कम होती है, वैसे-वैसे राज्य शक्ति व्यापक हो जाती है। लोग चाहते हैं राज्य बड़ा न हो और व्यक्ति इतना छोटा न हो और यह चाह अनुचित भी नहीं है। पर इसके लिए आत्म नियंत्रण की शक्ति का पुनर्मुखन अपेक्षित है।

विनय के बिना शिष्टता समाप्त हो जाती है और बड़ों के प्रति छोटी-छोटी का व्यवहार अशिष्ट हो जाता है। जहाँ अनुज अपने पूर्वजों का सम्मान नहीं करते वहाँ प्रेम की धारा सूख जाती है। जीवन रेगिस्तान बन जाता है। ऐसा न हो वह सरसब्ज रहे। उसके लिए शिष्टता का पुनर्मुखन आवश्यक है।

वचन की प्रामाणिकता के अभाव में सामाजिक व्यवहार अस्त-व्यस्त हो जाता है। हर आदमी चाहता है हमारा व्यवहार ठीक ढंग से चले। पर उसके लिए बचनी और करनी की समानता का पुनर्मुखन आवश्यक है।

इन्द्रिय-सयम के बिना समाज शक्तिहीन बन जाता है। सब लोग

चाहते हैं, हमारा समाज और राष्ट्र तेजस्वी रहे । पर उनके लिए इन्द्रिय-समय का पुनर्मूल्यन अपेक्षित है ।

समाज को शक्तिशाली रखना है, व्यवहार को शुभ्रमूलित रखना है, सरसता को बनाए रखना है और व्यक्तिगत स्वतन्त्रता की लौ को प्रज्वलित रखना है तो उन पुराने मूल्यों को नया रूप देना ही होगा ।

आज के समाज के लिए नये मूल्य होयें—स्वतन्त्रता, शिष्टता, पारस्परिक विश्वास और समय-शक्ति ।

## मानव मन की ग्रन्थियाँ

कोई भी भौगोलिक राज्य उतना बड़ा नहीं है जितना मनोराज्य है। कोई भी मान उतना झूठगामी नहीं है जितना मनोमान है। कोई भी शास्त्र उतना सहारक नहीं है जितना मन शास्त्र है। कोई भी शास्त्र उतना तारक नहीं है जितना मन शास्त्र है। उसकी शक्तियों को खोल फलाया जाए तो पाँचों महाद्वीपों में नहीं समा पाती। इस छोटे-से शरीर में इन असंख्य ग्रन्थियों की संहति बहुत ही आश्चर्यजनक है। वे मुकुलित रहती हैं। सामग्री का योग मिलने पर उनके तार खुल जाते हैं। सामग्री का हमारे जीवन में बहुत बड़ा स्थान है। आत्मा की प्रत्येक प्रवृत्ति उससे प्रभावित है। समुदाय भी एक सामग्री है। इसके योग में मन की अनेक ग्रन्थियाँ सकुचित होती हैं तो अनेक विस्तार पाती हैं। मन विशाल होता है। समुदाय असत्य नहीं होता विघ्न नहीं बनता। मन छोटा होता है, समुदाय बाधक बन जाता है। परिवार में दो आदमी बढ़ते हैं तो पृथक्करण की प्रवृत्ति जाग जाती है। कुछ व्यक्तियों को पृथक्करण नहीं आता भले फिर इस व्यक्ति बढ़ जाए। ये दोनों मन की सकुचित और विकुचित शक्तियों के ही कार्य हैं।

जहाँ दो आदमी रहते हैं, वहाँ अबाधनीय भी कुछ हो जाता है। एक व्यक्ति उसे देख तत्काल उबल पड़ता है और दूसरा उसका परिमाणन करता है। ये दोनों मन की उष्ण और शीत ग्रन्थियाँ के ही परिणाम हैं।

अणु-बमों के परीक्षण हो रहे हैं। पर वे सहारक बम हैं। इस महा शून्य में अनन्त अनन्त विपरीत परमाणु भरे पड़ हैं। वे कभी विस्फोट नहीं करते। सहारक है कनेडी और ए. रॉबो। उनके मन की ग्रन्थियाँ भी भय की गहराई से खुलती हैं। तभी बमों का विस्फोट होता है।

हम तारने वाला दूसरा कौन है? हमारा मन जब धन्तर की ओर भावता है तब हम तर जाते हैं। विषह और क्या है? बाहर झांकने के सिवाय और कोई विषह नहीं है। परिवार में जो बहह होती है, वह इसी

लिए होनी है कि पारिवारिक सदस्य अपनी अपेक्षा दूसरों को अधिक देवना है। अपने को भी देवता है पर उस आँख से नहीं देखता जिसे दूसरों को देखता है। अपना काम दीखता है, दूसरों का आराम। अपनी विशेषता, दीखती है, दूसरों की कमी। उस आराम में से ईर्ष्या उपजती है और कमी से अह। मन की गाँठ धूल जाती है। कलह का बीज अंकुरित हो जाना है।

मन की अन्तर्-मुखता केवल धर्म ही नहीं है, व्यवहार का दर्शन भी है। ग्रन्थभेद धर्म का पहला सोपान है। उसके बिना सम्यग्-दर्शन नहीं होता। राग और द्वेष इन दो शब्दों में मन की अनन्त ग्रन्थियाँ समाविष्ट होती हैं। रागात्मक प्रवृत्ति में व्यक्ति एक में अनुरक्त होता है। द्वेषात्मक प्रवृत्ति से वह दूसरे से दूर होता है। इस परिधि में तटस्थता टूट जाती है। उसके बिना पारिवारिक जीवन कठिन हो जाता है।

सामुदायिक जीवन बहुत बड़ी कला है। समुदाय में रहना बहुत बड़ी बात नहीं है। उसमें शान्ति, सामञ्जस्य और प्रसन्नतापूर्वक रहना सचमुच बहुत बड़ी बात है, और बहुत बड़ी कला है। इसकी साधना के लिए मन की कुछ ग्रन्थियों को खोलना पड़ता है और कुछेक को भारहीन करना पड़ता है। यह भारहीनता जिसे हमारे धर्मग्रन्थों ने साधव कहा है, सामुदायिकता का बहुत बड़ा भर्म है।

## सुख और शान्ति

सुख की खोज सुलभ नहीं तो शायद उसका प्रतिपादन भी सुलभ नहीं। १५ अगस्त के दिन सुख और शान्ति पर चर्चा अभी परन्तु समय हो चला उसे अक्षर में ही छोड़ देना पडा। पर उसे छोड़ा कैसे जा सकता है ? मनुष्य की सारी साधना सुख और शान्ति के लिए होती है। यह मनुष्य का नसर्गिक स्वभाव है। प्रश्न यह होता है कि जब मनुष्य सुख और शान्ति की साधना करता है तो उसे अशान्ति क्यों मिलती है ? बिना चाहे ही अशान्ति क्यों आ जाती है ? अब इस पर हमें विचार करना है।

अशान्ति दो प्रकार की होती है—एक कल्पनाप्रसूत अशान्ति और दूसरी मायताप्रसूत अशान्ति। इसी तरह सुख के कई प्रकार हैं—आरोग्य सुख दीर्घायु सुख सम्पन्नता सुख आदि-आदि। प्रत्येक मनुष्य स्वस्थ रहना चाहता है, प्रत्येक मनुष्य दीर्घायु होना चाहता है और प्रत्येक मनुष्य सम्पन्न होना चाहता है। मनुष्य ही क्यों प्रत्येक राष्ट्र के अधिनायक भी यही चाहते हैं कि हमारा राष्ट्र सब प्रकार से समृद्धिशाही सुखी बनें। आजकल जिस राष्ट्र की जनता सुखी नहीं होती उसको अच्छा नहीं समझा जाता। हमारे देश के प्रधानमंत्री ने अभी कुछ ही दिन हुए अपने एक भाषण में कहा था कि स्वतंत्रता के प्राप्त होने के पश्चात् हमारे देशवासियों की आयु में वृद्धि हुई है। इसी प्रकार प्रत्येक राष्ट्र के कणधार यही चाहते हैं कि हमारे देश के वासी अधिक-से-अधिक सुखमय जीवन व्यतीत करें।

मनुष्य में जब माया मोह और लोभ आदि का आवेग आ जाता है तब उसे अशान्ति होती है। शान्ति नहीं तो सुख भी नहीं। शान्ति के बिना मनुष्य सुख को अनुभूति भी नहीं कर सकता। धन सुख का साधन माना जाता है परन्तु यदि एक धनी मनुष्य दमन है तो उसे शान्ति की अनुभूति नहीं होती। इसी प्रकार यदि एक मनुष्य अच्छा-अच्छा भोजन करने में सुख का अनुभव करता है और वही यदि उसे बुलार से पीड़ित होने पर

दिया जाए तो उसे वह अच्छा नहीं लगेगा । एक मनुष्य की मर्गीत में रचि है परन्तु यदि उसके मन में अशान्ति है तो उसे सुख की अनुभूति नहीं होगी । शान्ति और सुख का साहचर्य है, उनमें कार्य-कारण का भाव नहीं । हमारा साध्य सुख है, शान्ति नहीं । शान्ति के अभाव में सुख नहीं मिलना, इन्हीं-लिए शान्ति को महत्त्व अधिक दिया जाता है । शान्ति का अर्थ है जमन । रोग को शान्त करने के लिए चिकित्सा की जाती है । जमन कहने में रोग शान्त हो गया । परन्तु शान्त क्या हुआ ? जो उभार आया था वह मिट गया । फौड़ा हुआ, उपचार किया, मिट गया । जमन के लिए यही वान है ।

सुख के दो रूप हैं । वह भौतिक भी है और आध्यात्मिक भी । भवान्, वस्त्र, रोटी—जिनमें सुख की अनुभूति होती है वे भौतिक हैं । आज इन्हीं को प्रधान सुख मान लिया गया है । परन्तु हमारे महर्षियों ने, हमारे आचार्यों ने इसे व्याधि माना है । हमें भूख लगी है, ममभ नौजिन व्याधि उत्पन्न हो गई है । भोजन किया, व्याधि मिट गई । बुखान आया, दवा ली और बुखार दूर हुआ । हममें सुख की कौन सी अनुभूति हुई ? हा, उपकरणों द्वारा सुख की अनुभूति अवश्य होती है ।

आज मनुष्य का मानसिक तनाव इतना बढ़ गया है कि शान्ति इतना पहले कभी नहीं था । अमेरिका आज की दुनिया का सबसे धनी देश है । वहाँ पर खाने, पीने, पहनने की कोई कमी नहीं है । घी-दूध की नदियाँ बहती हैं । गेहूँ आदि अनाज जानवरों को खिलाया जाता है परन्तु इनके उपरान्त भी वहाँ मानसिक तनाव के रोगियों की मर्याद दुनिया में सबसे अधिक है । यदि बाह्य उपकरण ही सुख के साधन होते तो शायद ऐसा नहीं होता । मनुष्य के पास आज समय का बहुत अभाव हो गया है । जैसे तो भाव मभी चीजों का बढ़ गया है । कलकत्ता में एक बर्ग फुट का किराया एक रुपया है । परन्तु समय का भाव सबसे अधिक बढ़ गया है । गर्मी-ब्रवाण देश होने के कारण भारत के लोग अधिक आलसी भी होते हैं, फिर भी समय की कमी उन्हें सदैव सताती है । यह भी एक मानसिक असंतुलन है । अमेरिका में मानसिक तनाव बाह्य उपकरण की प्रचुरता के कारण ही अधिक फैला है । रूस में ऐसी बात नहीं है । वहाँ के लोग अधिक सधर्परत हैं । काल में भी मानसिक तनाव के रोगियों की संख्या



नी बड़ी है कि वहा के लोग यह अनुभव करने लगे है कि यदि प्यात्मिकता का जीवन मे प्रवेश नहीं हुआ तो बिना किसी एटम बम या इड्रोजन बम ने ही हम सब समाप्त हो जाएंगे ।

आज का पढा लिखा आदमी अधिक असंतुलित हो गया है । जिस कार शारीरिक संतुलन बिगडने पर मनुष्य के शरीर मे गडबड रहती है, वीक उसी प्रकार मानसिक संतुलन बिगडने पर लोग घबराए-से रहते है । से तो प्रत्येक मनुष्य मे कुछ न कुछ पागलपन अवश्य होता ही है परन्तु बहुत पढे लिखे लोग और अधिक पागल देखे जाते है । बड-बड दार्शनिको को कभी-कभी यह भी याद नहीं आता है कि उन्होने भोजन किया है या नहीं इसके बारे मे वे अपने नौकरो से पूछते है । किन्तु वह पागलपन विकास के लिए बहुत ही आवश्यक होता है परन्तु उसकी भी एक सीमा है । यदि यहा के पहाडो की सीमा न होती तो क्या उदयपुर यहा होता ? जयसमन्द की सीमा नहीं होनी तो क्या गुजरात होता ? वे दोना ससीम है । इसीलिए उदयपुर भी है गुजरात भी ।

आज अथ को इतनी अधिक मायता दे दी गई है कि उसके आगे कुछ सोचने को शेष ही नहीं रह जाता है । ईश्वर, आकाश एव मनुष्य की तुलना मे तीन चीज असीम मानी गई है । आज के लोगो ने ईश्वर को उल्लाह फेका आकाश को ससीम माना परन्तु अपनी तुलना को असीम ही रहने दिया । तुलना का विस्तार अधिक हुआ है, कम नहीं । आज के मनुष्य को जन्म से जो विचार जो धारणाए प्राप्त होती है, उनके साथ आत्मानुशासन जैसी कोई चीज जुड़ी ही नहीं है । धर्म की तो लोग मछोल उड़ाते है । आदिवासी जातियो मे आपको नतिकता अधिक मिल सकती है । लोक-कला मण्डल मे आचार्यश्री के पधारण पर श्री साभरजी ने बताया कि भारत की प्राचीन संस्कृति का दर्शन आदिवासियो मे ही हो सकता है । आधुनिक सभ्यता के लोग उहे सभ्य बनाने जाते हैं परन्तु मेरे विचार से वे भारतीय संस्कृति का अन्त करना चाहते है । इसी प्रकार दक्षिणी अफ्रीका मे एक विद्वान् ने लिखा है कि हम यहा के आदिवासियो को सभ्य नहीं बना रहे हैं बल्कि उन्हे बर्बाद कर रहे हैं । आज की नयी सभ्यता के लोग प्राचीन चीजो को अंधविश्वास कहकर मछोल उड़ाते हैं परन्तु सारी चीजें अथ

विश्वास ही नहीं है। ग्रहों के साथ भारतीय ज्योतिष में हीरे-मोने का सम्बन्ध बताया गया है और उनकी पूष्टि वैज्ञानिक भी आज कर रहे हैं।

आप का बुद्धिवाद भी अशान्ति का एक कारण बन रहा है। यदि आप जीवन में शान्ति चाहते हैं, सुख की कल्पना साकार करना चाहते हैं तो अपने मन पर नियंत्रण करिए। सुख तीन प्रकार का होता है—धार्मिक सुख, इन्द्रिय सुख और मानसिक सुख। धार्मिक सुख आपको प्रिय है। इसे प्राप्त करने के लिए आप काफी सचेष्ट भी रहते हैं। इन्द्रियों के सुख के लिए भी आप बहुत ही प्रयत्नशील रहते हैं परन्तु मानसिक सुख की ओर आपका ध्यान नहीं जाता। आप मान लेते हैं कि यदि धार्मिक सुख एवं इन्द्रिय सुख की प्राप्ति हुई तो मानसिक सुख स्वयं प्राप्त हो जाएगा। परन्तु आपसे मूल से ही भूल हुई है। आप यदि मन को मानिक मानकर चलेंगे तो सुख की अनुभूति कदापि नहीं हो सकती। हा, मेवक मानने से सुख अवश्य प्राप्त होगा। मन चाहता है कि सुख मिले परन्तु यदि उन पर अधिकार नहीं किया गया तो सुख नहीं मिल सकता। यदि आप मन को अपने नियंत्रण में रखेंगे तो सुख का समुद्र लहराएगा, शान्ति मिलेगी। मन को सेवक मानने पर इन्द्रिया स्वयं सेवक बन जाएगी। आपके सामने दुःख नाम की कोई चीज ही नहीं रह जाएगी। परन्तु यह स्थिति सभी होगी जब मन को मानिक मानकर नहीं, सेवक मानकर चलेंगे। कन्दमा की खर करने से भी अधिक सुख की अनुभूति हममें होगी। मगवान् महावीर ने कहा है—बारह भास का दीक्षित साधु सारे पौद्गलिक सुखों को त्याग जाता है। उसे उस सुख की अनुभूति होती है जो चञ्चलता समाप्त को भी नहीं होती। आप अपने जीवन को प्रयोगशाला बनाकर यह निर्णय कीजिए कि जिन पान्पलाओं को आप स्वीकार किए हुए हैं, वे कार्मिक हैं या पारार्थ? एक बार मन को सेवक मानकर हमें अवश्य परीक्षा करनी चाहिए। मैं आपको यह परामर्श नहीं दे सकता कि आप धारीर-सुख और इन्द्रिय-सुख की ओर सर्वथा न्याय न दें। किन्तु इसका-सा परामर्श अवश्य दूँगा कि आप मन को सेवक मानकर चलें, स्वामी मानकर नहीं।

## विस्मृति का वरदान

मैं कोई नयी बात नहीं कह रहा हूँ। वही कह रहा हूँ जिसका जीवन में अनेक बार अनुभव होता है। जिन लोगों ने स्मृति का अभिशाप भोगा है वे बड़ी तीव्रता से अनुभव करते हैं कि विस्मृति वरदान है किन्तु बहुत दुःख। स्मृति वरदान से भी अधिक दुःख।

१ स्मृति उसकी होती है जो अतीत में अनुभूत हो। जो हमने देखा सुना संवेदन किया वह हमारी ज्ञानधारा में समाकर संस्कार का रूप ले लेता है। निमित्त बनकर वह उद्बुद्ध होता है और अतीत वर्तमान में प्रतिबिम्बित हो जाता है।

२ वह हमारे जीवन की ज्वलन्त समस्या है कि जिसकी स्मृति होनी चाहिए उसकी विस्मृति हो जाती है और जिसकी विस्मृति होनी चाहिए उसकी स्मृति होती रहती है।

३ उपकार की बात भोग भूल जाते हैं पर अपकार की बात नहीं भूलते। किसी मित्र के सामने आने पर सारी बातें याद नहीं भी आती पर शत्रु के सामने आते ही अतीत साकार हो उठता है।

भलाई के प्रति भलाई का हेतु भी स्मृति है। और बुराई के प्रति बुराई का हेतु भी वही है। इसीलिए स्मृति वरदान भी है और अभिशाप भी। करणीय कार्य को भुलाकर हम बहुत बार ऐसी भूल कर बैठते हैं कि उसका परिणाम अच्छा नहीं होता। अकरणीय को बार-बार याद करके भी हम अपने प्रति न्याय नहीं करते। इसीलिए विस्मृति अभिशाप भी है और वरदान भी।

स्मृति के अभिशाप से बड़ी मुक्त हो सकता है जिसे विस्मृति का वरदान प्राप्त हो। दुःखमनों की स्मृति अभिशाप से भी लम्बी बनती है। प्रियजन की स्मृति ही असस्य आत्महत्याओं का हेतु बनती है। साम्प्रदायिक एका में सबसे बड़ी बाधा स्मृति ही तो है। स्मृति का भूल

## पूर्ण और अपूर्ण

आत्मा पूण है पर ब्यक्ति पूण नहीं है। वह अपूण है, इसीलिए उसमें लिप्सा है। लिप्सा अपूणता का चिह्न है। जिसमें जितनी अपूणता होगी उसमें उतनी ही लिप्सा होगी। मनुष्य की अपूर्णता अतृप्ति के द्वारा अभिव्यक्त होती है। उसका शरीर अतृप्त है और मन भी। शारीरिक तृप्ति के लिए मनुष्य पदार्थ पाने की इच्छा करता है। और मन की तृप्ति के लिए वह उसे भी पाना चाहता है जो पदार्थ नहीं है। यश कोई पदार्थ नहीं है। पद भी पदार्थ नहीं है। किन्तु मनुष्य में यशोलिप्सा भी है और पद लिप्सा भी है। यश से मनष्य को कुछ भी नहीं मिलता पर तृप्ति ऐसी मिलती है जसी सम्भवत और किसी से नहीं मिलती। अधिकारसून्य पद की भी यही दशा है। अधिकारयुक्त पद से कुछ मिलता भी है पर वह नहीं मिलता जिससे अपूणता मिटे।

अपने-आप में सब पूण है। कोई उसे पा गया है, कोई प्राप्ति के पथ पर है। किसी की उसमें रुचि नहीं है तो किसी में उसकी समझ नहीं है। पर बहुत सच है कि पदार्थों की सचिती से कोई भी परिपूर्ण नहीं है। एक की पूणता दूसरे की पूर्णता के सामने अपूणता में परिणत हो जाती है।

पदार्थ अपने-आप में पूण है। वे न हमें पूर्ण बनाने हैं और न अपूण। हम उन पर अपने ममत्व का धागा डालकर अपूण बन जाते हैं। पूर्णता का भाग यही है कि ममत्व का धागा टूट जाए।

## आकाश की उड़ान भारत को चुनौती

पालास, पृथ्वी और अन्तरिक्ष—लोक इन तीनों भागों में विभक्त है। इन्हीं को जैन-आगमों में अधोलोक, तिर्यग्-लोक और ऊर्ध्व-लोक कहा है। मनुष्य तिर्यग्-लोक में रहता है। शेष दो लोक उसके लिए सदा जिज्ञासा के विषय रहे हैं। भूगर्भ में वह गया है भूमि को खोदकर और अन्तरिक्ष में वह गया है उड़ान भरकर। विमानों का इतिहास बहुत पुराना है। उनमें बैठ अनेक मनुष्यों ने उड़ानें भरी हैं और अनन्त आकाश को देखने का यत्न किया है। किन्तु विमानों के बिना उड़ने का इतिहास भी बहुत पुराना है। जैन-साहित्य के अनेक पृष्ठ हम रहस्यमय विवरण से भरे पड़े हैं।

चरित्र की विशुद्धि से नभो-गमन की शक्ति विकसित होती है। वह विश्वास की आराधना से भी विकसित होती है। औपघ-कल्प से भी मनुष्य आकाश में उड़ सकता है। जषा-चारण सूर्य की रश्मियों का आलम्बन ले आकाश में उड़ सकता है। वह एक उड़ान में लाखों योजनों की दूरी पर चला जाता है। ऊचाई में वह एक ही उड़ान में हजारों योजन ऊंचा चला जाता है। ज्योमचारी मुनि पशासन की मुद्रा में बैठे-बैठे ही आकाश में उड़ जाते हैं। जल-चारण मुनि जल के जीवों को कण्ट दिए बिना समुद्र आदि जलाशयों पर चलते हैं। दूसरी प्रकार के जषा-चारण बरती से चार अंगुल ऊपर पैरों को उठाकर चलते हैं। पुष्प-चारण मुनि वनस्पति को कण्ट दिए बिना फूलों के सहारे चलते हैं। श्रेणी-चारण पर्वत के शिखरों पर चलते हैं। अग्निशिखा-चारण अग्नि की शिखा पर चलते हैं। ये न अग्नि के जीवों को कण्ट पट्टुचाते हैं और न स्वयं जलते हैं। धूम-चारण धूम की पक्ति को पकड़कर उड़ जाते हैं। मकड़ी-चारण मकड़ी के जाल पर चलते हैं। उसे कोई कण्ट पट्टुचाए बिना वे ऐसा करते हैं। ज्योतिरश्मि-चारण मूरज, चाद या अन्य किसी ग्रह-नक्षत्र की रश्मियों को पकड़ ऊपर

चले जाते हैं । वायु-चारण हवा को पकड़ उठ जाते हैं । जल-चारण मेष के अक्षयाय-चारण ओस के सहारे उठ जाते हैं । इस प्रकार नभोगति की विविध रूप रेखाएँ हैं । यूसी गार्गुरिन की आकाश की उड़ान से आज समूचा विश्व आश्चर्यचकित है । भारत के अपने आन्तरिक बल से एक दिन समूचा ससार आश्चर्यचकित था । आज यत्रवाद फिर अभ्यात्म को चुनौती दे रहा है । क्या भारत में उसे झेलने की क्षमता है ?

## विचार-प्रवाह

इस विश्व में जो है वह प्रबहमान भी है। केवल म्वायी कुछ नहीं है। प्रत्येक स्थूल पदार्थ में रमिमया निकलती है और वे मभूने आकाश-मण्डल में व्याप जाती है। हमारी वाणी जन्-तरगवन् भाषात्मक जगन् को प्रकम्पित कर देती है। हमारा मन चिन्तन के पश्चात् अपनी पीद्गान्त्रिक आकृतियों का विसर्जन करता है, आकाश उनमें भर जाता है। इस प्रकार हमारा शरीर, वाणी और मन सब प्रबहमान है। इमीलिए मभरूपता, समप्रयोग और ममचिन्तन एक तत्त्वज्ञ के लिए आश्चर्यजनक नहीं होता। यहां में समचिन्तन की थोटी चर्चा करना चाहता हू।

आचार्य पूज्यवाह ने लिखा—‘महावीर ने तेरह भेदों (पाच महाव्रतों, पाच समित्तियों और तीन गुप्तियों) का अपने डग से निलपण किया।’ आचार्य भिक्षु ने सम्भवत इस विचार को पढा ही नहीं, फिर भी उन्होंने तेरापथ की व्याख्या में भगवान् के इन्ही तेरह भेदों को आधार माना।

आचार्य भिक्षु ने कहा था—‘धर्म और राजनीति भिन्न हैं।’ इमी आधार पर आचार्यश्री तुलसी ने बहुत वर्षों पहले लिखा था—‘राजनीति से धर्म पृथक् है।’ राष्ट्रपति डॉ० राधाकृष्णन ने कहा था—‘हम धर्म और राजनीति को मिलाना नहीं चाहते। हमारा यही प्रयत्न है कि इन्हे दूर रखा जाए।’

आचार्य भिक्षु ने लिखा था—‘भौतिक उपलब्धि अहिंसा का परिणाम नहीं है। उसका परिणाम है आत्म-शुद्धि और मानसिक-शान्ति।’ महात्मा भगवानदीन ने इस विचार को इन शब्दों में व्यक्त किया है—‘यह कहकर मैं हिंसा को बढावा नहीं दे रहा, मैं तो सिर्फ अहिंसा की हद बता रहा हू। सत्य, अहिंसा, अर्चय, अपरिग्रह और श्रद्धाचर्य—इन सभी धर्मों का मैं पुजारी हू। इन सब पर अमल भी करता हूँ—पर मैं यह मानने को तैयार नहीं कि इन धर्मों की मदद से किसी को स्वराज्य मिल सकता है या कोई

आदमी मासदार हो सकता है किसी तरह का शारीरिक सुख प्राप्त कर सकता है। इन पर्वों के पालने से तो केवल मानसिक सुख मिल सकता है और जो आत्मा में विश्वास रखते हैं उनकी आत्मा को सुख प्राप्त हो सकता है। इसलिए यह समझना कि स्वराज्य हमारे अहिंसा धर्म का नतीजा है, बहुत बड़ी भूल है।

मैं फिर दोबारा कहता हूँ कि मैं अहिंसा का निराश्रय नहीं कर रहा। मैं अहिंसा का पुजारी हूँ। मैं तो केवल यह कहना चाहता हूँ कि अहिंसा से जिस काय की आशा की जाती है वह नजत है।

भारतीय-संस्कृति के विकास में समय और सकल्प का बहुत बड़ा योग रहा है। उनके साथ निषेध का गहरा सम्बन्ध है। अणुबल-आन्दोलन का प्रवर्तन हुआ तब कई चिन्तक व्यक्तित्व निषेध ही नियम मैबल नहीं देख पाते थे। कुछ लोग प्रतिज्ञा मात्र के प्रति सहमत नहीं थे। किन्तु जब राष्ट्रीय एकता सम्मेलन ने सात निषेध स्वीकृत किए तब लगा कि निषेध-सकल्प का स्वर राष्ट्रीय स्तर पर प्रतिध्वनित हो रहा है।

राष्ट्रीय एकता सम्मेलन ने सर्वे सेवा तथ के मुकाम पर एक प्रतिज्ञा आन्दोलन प्रारम्भ करने का अनुरोध किया। उसके अनुसार देश के प्रत्येक ब्यस्क से निम्न प्रतिज्ञा पर हस्ताक्षर करने को कहा जाएगा— भारत का नागरिक होने के नाते मैं मुसकृत समाज के सार्वभौम सिद्धान्तों अर्थात् नागरिकों, वर्गों, सस्थाओं और समूहों के बीच उत्पन्न विवादों को शान्ति पूर्वक तरीके से निबटाने के सिद्धान्तों में विश्वास रखता हूँ तथा एकता और देश की अखण्डता के सम्मुख आए सतरे को ध्यान में रखते हुए प्रतिज्ञा करता हूँ कि मैं विवादों को चाहे वे मेरे पड़ोस में हों अथवा देश के किसी और हिस्से में सुलझाने के लिए हिंसा का सहारा नहीं लूँगा।

बुद्ध बप पूर्व आचार्यश्री मुलसी के बबल-समारोह के प्रथम धरण का आयोजन था। उस अवसर पर तीन प्रतिज्ञाएँ दिलवाई गई थीं। उनमें एक थी— मैं साम्प्रदायिक भाषायी तथा जातीय आधार पर किसी प्रकार की धूना नहीं फैलाऊँगा। देण-काल की विच्छिन्नता में भी विचार किस प्रकार अविच्छिन्न रूप में प्रवाहित होने हैं यह सचमुच आश्चर्य का विषय है।



## चिर सत्यों की अनुस्यूति

मन्य के दो रूप होते हैं—वस्तु-मन्य और व्यवहार-मन्य। व्यवहार-मन्य बहुस्वी होता है। वस्तु-मन्य का रूप चिर पराण होता है। यह दुःख-कान में ध्वस्तच्छिन्न नहीं होता। जो देम-बाल में ध्वस्तच्छिन्न नहीं होता वही वस्तु-मन्य होता है। उनी के कुछ उदाहरण हैं—

१) भौतिक अनुभूति है कि अधिका निधि को प्राप्त करने वाला पानी जैसे भूमि पर उठा रहता है जैसे ही भावा की नोक पर उठा रह सकता है। भूमि और भावा की नोक में नहीं अन्तर होता है जब भावा होता है। योगी प्राण-विजय द्वारा भावा-मुक्त हो जाता है। अतः उसके लिए भूमि और भावा की नोक में कोई अन्तर नहीं होता।

कोशा वेण्या मरुतो की गति पर मन्य करनी और वह गति अन्त-व्यस्त नहीं होनी थी। भावा-मुक्ति का यह विचित्र प्रयोग था। भूमि के वातावरण में भावा-मुक्ति मायना-व्यस्त होती है। अन्तरिक्ष में वह महज ही प्राप्त हो जाती है। रूसी वैज्ञानिक जियोकोस्मिकी के शब्दों में—“अन्तरिक्ष में कोई भी वस्तु दबाव नहीं टालती। यदि मैं पृथ्वी पर मूई की नोक पर खड़ा हो जाऊ तो मेरा पैर मूई के अन्दर घुस जाएगा। लेकिन यदि ऐसा अन्तरिक्ष में हो तो मेरा पैर मूई पर डब तरह खड़ा रहेगा, भावा में पृथ्वी पर खड़ा है।”

२) भगवान महावीर ने कहा था—‘पृथ्वी के अत्यन्त योजन की ऊँचाई पर देवों का एक मुहूर्त वीमना है, उनमें से महा हुआगे वर्ष वीमना जाते हैं।’ आइन्स्टीन ने इसी शब्दों को इन शब्दों में व्यक्त किया है—‘सूर्य को भेजी जाने वाली एक बड़ी पृथ्वी की तुलना में वीमी गति में चलेगी।’ अन्तरिक्ष यात्रा के समय भी यही सत्य उद्भावित हुआ था। डॉ० बोनिमल्पोसोल्की ने सोवियत आर्थिक पत्रिका में लिखा था—‘अन्तरिक्ष में पृथ्वी की अपेक्षा समय बहुत वीमी गति में चलता है।’

परमाणुवाद के अनुसार एक आकाश प्रदेश में एक परमाणु समा सकता है वहाँ अनन्त परमाणुओं का स्वर्ण भी समा सकता है। रसायन शास्त्र के अनुसार एक तोले बुझित पारद में सौ तोला स्वर्ण समा सकता है। अवकाशवाद की इस रहस्यपूर्ण पद्धति पर एडिंग्टन ने इन गद्दों में प्रकाश डाला था— मनुष्य-शरीर के सारे खोलले स्थानों को निकाल दिया जाए और शेष प्रोटोनो और इलेक्ट्रोनो को एक जगह इकट्ठा कर लिया जाए तो वह फट और ढाई मन का मनुष्य एक छोटे-से बिन्दु का रूप ले लेगा— इतना छोटा बिन्दु कि आप उसे अप्सूषीक्षण यंत्र से ही देख सकेंगे।

विश्व के सभी प्रकार के प्राणियों को इस प्रकार बिन्दुओं में बदल दिया जाए तो वे सब-के-सब हमारे पानी पीने के गिलास में समा सकेंगे। एक हाथी पूव की ओर मुह करके खड़ा है और एक हाथी का बच्चा पश्चिम की ओर मुह करके हाथी की सूँड और दूसरे पर के बीच में खड़ा है। इस हाथी और उसके बच्चे के शरीर के परमाणुओं को मीजकर एक-दूसरे में मिला दें तो केवल इतना द्रव्य रहेगा जो एक सूई के छेद से निकाला जा सके। सभी पदार्थों के अणुओं का यही हाल है। यदि समूचे ससार के पदार्थों को मीजकर हम इन अणु-परमाणुओं को एक-दूसरे में मिला दें तो हमें एक छोटी नारंगी के बराबर की चीज मिलेगी।

४ कुस भोगो ने कहा— भिक्षु जी व्याख्यान देते हैं तब रात एक प्रहर से बहुत अधिक बली जाती है। आचार्य भिक्षु ने कहा— सुख की रात छोटी होती है, दुःख की रात बहुत बड़ी लगती है। महाकवि कालिदास ने अणोरणीयान् महतो महीयान् इस समस्यापूर्ति में मही कहा था—

‘मैं परम पवित्र यज्ञोपवीत को हाथ में ले सौम्य खाकर कहता हूँ कि प्रिया के योग में दिन अणु से भी अणु लगता है और उसके वियोग में महान् से भी महान्।

महान् वैज्ञानिक आइन्स्टीन ने भी अपनी पत्नी को क्षायेतवाद इसी उदाहरण द्वारा समझाया था। उन्होंने कहा— प्रिया के पास बठ व्यक्ति को एक घंटा दो मिनट के बराबर लगता है और मट्टी के पास बठे व्यक्ति को दो मिनट घंटा के बराबर लगते हैं।

## स्वतन्त्रता और आत्मानुशासन

कितना मधुर है यह स्वतन्त्रता शब्द । एक तोला पेड़ की टहनी पर बैठकर जिम खुशी में भूमना है, वह उनी चुली में सोने के पिंजड़े में नहीं भूमता । पिंजड़ा आगिर पिंजड़ा ही हू भले फिर वह लोहे का हो या सोने का । स्वतन्त्रता की मादकता का एक कण परतन्त्रता के मागर में अधिक मूल्यवान् और प्राणदायी होता है । परन्तु आश्चर्य है कि स्वतन्त्रता के अठारह वर्षों के बाद भी हिन्दुस्तान पूरी मादकता में नहीं भूम रहा है । ऐसा शक्यता है कि वह राजनीति की परतन्त्रता में मुक्त होकर भी मानसिक परतन्त्रता से मुक्त नहीं है । वाणी की स्वतन्त्रता उसे प्राप्त है, पर वाणी का समय उसे प्राप्त नहीं है । लेखन की स्वतन्त्रता उसकी निर्वाह है पर लेखनी का समय उसे प्राप्त नहीं है । उसके विचारों की अभिव्यक्ति पर कोई रोक नहीं लगा सकता पर उसे अपने-आप पर रोक लगाना भी पसन्द नहीं है । इस स्वतन्त्रता का अर्थ है मानसिक परतन्त्रता का उदय ।

जनतन्त्र का मूल आधार है स्वतन्त्रता और उसका मूल आधार है व्यक्ति का आत्मानुशासन । जब कोई व्यक्ति अपने-आप पर अपना नियंत्रण रख सकता है, तभी वह स्वतन्त्रता की ली प्रज्वलित कर सकता है । अविनायकता के युग में भय और आतंक का राज्य होता है, इसलिए व्यक्ति के आत्मानुशासन का विशेष मूल्य नहीं होता । जनतन्त्र के युग में अभय का राज्य होता है, इसलिए उसमें आत्मानुशासन का मूल्य बहुत बढ़ जाता है ।

हिन्दुस्तान दुनिया का सबसे बड़ा जनतन्त्र है । उसके नागरिकों का आत्मानुशासन कैसा है, इस प्रश्न पर चाहे-अनचाहे दृष्टि जा टिकती है । इसका उत्तर जो मिलता है, वह सन्तोष नहीं देता । शासनतन्त्र के प्रमुख लोगों में सर्वाधिक आत्मानुशासन होना चाहिए पर वह नहीं है । वे अपने पद का लाभ भी उठाते हैं । पक्षपात की भी उनमें कमी नहीं है । अपने

३ परमाणुवाद के अनुसार एक आकाश प्रदेश में एक परमाणु समा सकता है, वही अनन्त परमाणुओं का स्वर्ग भी समा सकता है। रसायन शास्त्र के अनुसार एक तोले बुभुक्षित पारद में सौ तोला स्वर्ण समा सकता है। अवकाशवाद की इस रहस्यपूर्ण पद्धति पर एडिंगटन ने इन शब्दों में प्रकाश डाला था— मनुष्य-शरीर के सारे खोखले स्थानों को निकाल दिया जाए और शेष प्रोटोनो और इलेक्ट्रोनो को एक जगह इकट्ठा कर लिया जाए तो छ फुट और ढाई मन का मनुष्य एक छोटे-से बिन्दु का रूप ले लेगा— इतना छोटा बिन्दु कि आप उसे अणुबीक्षण यंत्र से ही देख सकेंगे।

विश्व के सभी प्रकार के प्राणियों को इस प्रकार बिन्दुओं में बदल दिया जाए तो वे सब-के-सब हमारे पानी पीने के गिलास में समा सकेंगे। एक हाथी पूव की ओर मुह करके खड़ा है और एक हाथी का बच्चा पश्चिम की ओर मुह करके हाथी की सूँठ और दूसरे पैर के बीच में खड़ा है। इस हाथी और उसके बच्चे के शरीर के परमाणुओं को मीजकर एक-दूसरे में मिला दे तो केवल इतना द्रव्य रहेगा जो एक सूई के छेद से निकासी जा सके। सभी पदार्थों के अवयवों का यही हाल है। यदि समूचे सत्तार के पदार्थों को मीजकर हम इन अणु-परमाणुओं को एक-दूसरे में मिला दें तो हमें एक छोटी नारंगी के बराबर की चीज मिलेगी।

४ कुछ लोगों ने कहा—मिशु भी व्याख्यान देते हैं तब रात एक प्रहर से बहुत अधिक चली जाती है। आचार्य मिशु ने कहा—सुख की रात छोटी होती है, दुःख की रात बहुत बड़ी लगती है। महाकवि कालिदास ने अणो रणीयान् महतो महीयान् इस समस्यापूर्ति में यही कहा था—

श्री परम पवित्र यज्ञोपवीत को हाथ में ले सौम्य स्नाकर कहता हू कि प्रिया के योग में दिन अणु से भी अणु लगता है और उसके विद्योग में महान् से भी महान्।

महान् यज्ञानिक आइन्स्टीन ने भी अपनी पत्नी को सापेक्षवाद इसी उदाहरण द्वारा समझाया था। उन्होंने कहा— प्रिया के पास बड़े व्यक्ति को एक घंटा ही मिनट के बराबर लगता है और भट्टी ने पास बड़े व्यक्ति को दो मिनट घंटा के बराबर लगने हैं।

## स्वतन्त्रता और आत्मानुशासन

किराना मधुर है यह स्वतन्त्रता शब्द । एक तोला पद ही टकनी पर बैठकर जिम खुशी में भूमता है, वह उनी लुगी में मोने के पिजड़े में नहीं भूमता । पिजड़ा आखिर पिजड़ा ही है, भले फिर वह जोड़े का डो या सोने का । स्वतन्त्रता की मादकता का एक कम पन्नन्वता के सागर में अधिक मूल्यवान् और प्राणदायी होता है । परन्तु आश्चर्य है कि स्वतन्त्रता के अठारह वर्षों के बाद भी हिन्दुस्तान पूरी मादकता में नहीं भूम रहा है । ऐसा लगता है कि वह राजनीति की परतन्त्रता से मुक्त होकर भी मानसिक परतन्त्रता से मुक्त नहीं है । बाणी की स्वतन्त्रता उसे प्राप्त है, पर बाणी का समय उसे प्राप्त नहीं है । जेपन की स्वतन्त्रता उसकी निर्बाध ह पर जेरनी का समय उसे प्राप्त नहीं है । उसके विचारों की अभिव्यक्ति पर कोई रोक नहीं लगा सकता पर उसे अपने-आप पर रोक लगाना भी प्यन्द नहीं है । यह स्वतन्त्रता का अर्थ है मानसिक परतन्त्रता का उदय ।

जनतन्त्र का मूल आधार है स्वतन्त्रता और उसका मूल आधार है व्यक्ति का आत्मानुशासन । जब कोई व्यक्ति अपने-आप पर अपना नियन्त्रण रख सकता है, तभी वह स्वतन्त्रता की लौ प्रज्वलित कर सकता है । अविनायकता के युग में भय और आतंक का राज्य होता है, इसलिए व्यक्ति के आत्मानुशासन का विशेष मूल्य नहीं होता । जनतन्त्र के युग में अशय का राज्य होता है, इसलिए उसमें आत्मानुशासन का मूल्य बहुत बढ़ जाता है ।

हिन्दुस्तान दुनिया का सबसे बड़ा जनतन्त्र है । उसके नागरिकों का आत्मानुशासन कैसा है, इस प्रश्न पर चाहे-अनचाहे दृष्टि जा टिकती है । इसका उत्तर जो मिलता है, वह सन्तोष नहीं देता । शासनतन्त्र के प्रमुख लोपों में सर्वाधिक आत्मानुशासन होना चाहिए पर वह नहीं है । वे अपने पद का नाम भी उठाते हैं । पक्षपात की भी उतने कमी नहीं है । अपने

कृपापात्रों के लिए वे कुबेर हैं तो अप्रियजनो के लिए अनुदार भी कम नहीं हैं । वे शासनतंत्र सभालते हैं जनता की भलाई के लिए और उनका सघष चलता है सदा कुर्सी की सुरक्षा के लिए । आर्थिक घोटालों के अनेक आरोप उन पर लगाए जाते हैं और वे प्रमाणित भी हो जाते हैं ।

आत्मानुशासन की जन्मभूमि है शिक्षा-संस्थान । वहाँ राष्ट्र की नयी पीढ़ का निर्माण होता है । उसकी स्थिति भी स्वस्थ नहीं है । वहाँ विज्ञान फैशन और स्वच्छन्दता का इतना प्रबल अस्तित्व है कि आत्मानुशासन की एक अस्फुट रेखा भी नहीं दिखाई देती ।

धर्म का क्षत्र आत्मानुशासन का मुख्य क्षत्र है । परन्तु स्वार्थों का सघष वहाँ भी अपनी अदे जमा चुका है । इसलिए उसकी तेजस्विता भी सन्निभ हो चुकी है । एक व्यक्ति ने मुझ बताया कि एक साधु कहता है मेरा नाम पहले क्या नहीं आया ? उसका पहले क्या आया ? कोई कहता है प्रमुख में हूँ उसे प्रमुखता क्यों दी गई ? इस वातावरण में आत्मानुशासन की गंध ही कहा है ?

यह स्थिति का प्रत्यक्ष दर्शन है । इसके अग्टा अनेक लोग हैं, हम अग्टा रहकर स्थिति को नहीं बदल सकते । उसमें अपने समय की अहृष्टि देकर ही बदल सकते हैं । आज यह बहुत अपेक्षित है कि सब लोग आत्मानुशासन का सहृषण न और जन-जन को यह समझाए कि स्वतंत्रता का अर्थ है आत्मानुशासन का विकास ।

## जीवन-विकास के सूत्र

### समानता

मेरा अस्तित्व मुझे प्रिय है। किन्तु 'मैं' पर जैसा मेरा अविकार है, वैसा अस्तित्व पर नहीं है। मुझमें जो भिन्न है, उभका भी अस्तित्व है और वह उमें उतना ही प्रिय है जितना कि मेरा अस्तित्व मुझे प्रिय है। वाहगी उपकरणों की दृष्टि से हम भिन्न भी हो सकने हैं किन्तु अस्तित्व की भ्रूषणा में हम सब समान हैं।

शरीर, भाषा, भौगोलिक सीमाएँ, सम्प्रदाय, ज्ञान—ये सब समानता के समर्थक नहीं हैं किन्तु इनमें प्राण-सञ्चार जीवन्य में होता है और उसके अन्त में हम सब समान हैं। हमारे मन में असमानता के संस्कार अधिक तीव्र हैं। हमारी इन्द्रिया वाहर की ओर भाकती हैं और जो बाहर है, वह सब असमान है। असमानता के भाव से प्रेरित होकर हम अपने ही जैसे लोगों के साथ अन्धधाय करते हैं। हमारी न्याय-बुद्धि तभी जागृत हो सकती है, जब हम समानता की धारा को अविरल प्रवाहित करें। लोकतन्त्र समानता की प्रयोग-भूमि है। समान अविकार का निदान नैतिक समानता का व्यावहारिक रूप है। लोकतन्त्र की सफलता के लिए यह अपेक्षित है कि उसके नागरिकों में समानता के प्रति आस्था हो।

### स्वतन्त्रता

कोई आदमी अन्याय करता है, इसका अर्थ है वह दूसरे के अधिकार का अपहरण करता है। कोई दूसरे के अधिकार का अपहरण करता है, इसका अर्थ है वह उसे अपने तन्त्र में रखना चाहता है। अपने तन्त्र में रखने का अर्थ है, उसे वह अपने-जैसा नहीं मानता।

बुद्धि और कर्मधा-शक्ति की विविधता होती है। बुद्धिमान् और समर्थ व्यक्ति मन्दबुद्धि और अक्षम व्यक्तियों को शासित करता है। यह सर्वथा अनुचित भी नहीं है। उनका हित-सम्पादन करने के लिए यहिहू ऐसा





## अणु-अस्त्र और मानवीय दृष्टिकोण

आज का युग अणु-युग के नाम से प्रसिद्ध है। अणु पहले भी उतने ही थे, जितने आज हैं पर अणु-युग होने का श्रेय अतीतको नहीं मिला, वर्तमान को ही मिला है। एक युग में आत्म-द्रष्टा महर्षियों ने अपने प्रत्यक्ष-दर्शन के बल पर अणुओं की चर्चा की थी। आज का वैज्ञानिक अपने यंत्र-बल के सहारे अणुओं की चर्चा करता है। स्कूल से सूक्ष्म और सहास से भेद अतिक्रमिताशाली होता है, यह रहस्य आज सर्वविदित हो चुका है। यह इसी सिद्धान्त की एक परिणति है।

जब तक मनुष्य में आत्मानुशासन था, असग्रह था और अपने में 'स्व' का सन्तोष मानने का मनोभाव था तब तक वह निर्भय था। इसका अर्थ है कि वह शस्त्रहीन था। भय और शस्त्र में कार्य-कारण का सम्बन्ध है। भय होता है, शस्त्र का निर्माण होता है। भय नष्ट होता है, शस्त्र विलीन हो जाता है। आत्मानुशासन घटा, सग्रह बढ़ा, दूसरों के 'स्व' को छुड़ाने का मनोभाव बना तब भय बढ़ा या उसकी सृष्टि ने शस्त्रों की परम्परा को जन्म दिया। इस परम्परा में अणु-अस्त्र अन्तिस है। भविष्य के गर्भ में हमसे अधिक प्रलयकारी शस्त्र भी हो सकता है पर वर्तमान में यह सर्वाधिक प्रलयकारी है। सहज ही जिज्ञासा होती है कि मनुष्य निर्माण चाहता है, फिर उसने प्रलय का सग्रह क्यों किया ? इसके अनेक उत्तर हो सकते हैं किन्तु मेरी मान्यता में इसका कारण मनुष्य की खण्डता है। यदि वह अखण्ड होता तो किसके प्रति आक्रुष्ट होता और किससे दूर होता ? किससे डरता और किसके लिए शस्त्र बनाता ? पर किना क्या जाय, यह अखण्डता नैसर्गिक है। एक-एक मनुष्य शरीर, मानसिक चिन्तन, परिवार, जाति, समाज, प्रान्त और राष्ट्र आदि अनेक खण्डताओं में खण्डित है। बाहरी और भीतरी घावों और के वातावरण ने उसे व्यक्तिवादी बना रखा है। समाजवाद के

०र्षकालीन कठोर प्रयत्नों के उपरान्त भी यह खण्डता की मनोवृत्ति अभी टूट नहीं पायी है। यदि रूसी समाजवाद अखण्डता की ओर गतिशील होता तो उसके पास अणु-अस्त्र नहीं होते। उपका सामुदायिकता का सिद्धान्त केवल अपने राष्ट्र की व्यवस्था पर है। खण्डता की मनोवृत्ति वहाँ भी उतनी है, जितनी अजय है। इसीलिए अस्त्रों की होड़ चल रही है।

पहले मान्यता स्थिर होती है फिर काय होता है। लोगो ने मान रखा है कि शक्ति सतुलन ही शान्ति का सर्वोत्तम उपाय है। रूस और अमेरिका ने से कोई भी इस दौड़ में पिछड़ जाता तो युद्ध शुरू हो जाता। दोनों साथ साथ चल रहे हैं, इसलिए युद्ध रुका है। तक के प्रति कोई तक नहीं है। क्योंकि बहुतो ने इसे अकाट्य मान रखा है। जो अकाट्य हो उसे काटने का यत्न क्यों किया जाय ? हम तक से ऊपर उठकर देखते हैं तो लगता है कि इस दौड़ का मूल्य कल्पनाजगत में है। यथाथ में वह शून्य है। यदि युद्ध छिड़ता है तो दोनों सुरक्षित नहीं हैं। दुनिया का कोई कोना सुरक्षित नहीं है और यदि युद्ध नहीं होता है तो अणु-अस्त्रों का निर्माण कोरा अपव्यय है। इसका निर्माण दोनों दृष्टियों से व्यर्थ है। पर कोई एक करता है तो दूसरा बच भी कैसे सकता है ? मानवता के प्रति सबसे बड़ा अन्याय उसने किया जिसने अणु-अस्त्रों के निर्माण में पहल की। हम वर्तमान प्रश्न पर सोचें तो क्या यह सवषा निश्चित है कि शक्ति-सतुलन रहने पर युद्ध नहीं होगा ? कभी-कभी आदमी में उमाद भी जागता है, आवेग भी आता है। मानसिक-सतुलन तो बैठने पर क्या कोई भी आदमी आगे-पीछे की सोचना है। मानवीय दुर्बलताओं से हम अपरिचित नहीं हैं। हम इससे भी सुपरिचित हैं कि कुछेक व्यक्तियों की भूल का परिणाम समूचे ससार को भोगना पड़ता है। द्वितीय महायुद्ध का परिणाम किसने नहीं भोगा ? अणु युद्ध का परिणाम कितना भयकर है इसकी कल्पना ही धर्रादेती है। जो लोग मानवता की दृष्टि में देखते हैं, वे अणु-अस्त्रों में निर्माण का विरोध कर रहे हैं पर वे किसने हैं ? बहुत थोड़े। अधिक वे हैं जो मानवता के विनाश को अपने मिरहाने रखकर सोने हैं। अपने विनाश की तैयारी पशु भी नहीं करता। मनुष्य महापशु बन रहा है जो अपने ही हाथा अपनी चिता रख रहा है। मरु स धरराना नहीं चाहिए किन्तु ऐसा भूखतापूष

निमग्न भी उसे नहीं देना चाहिए ।

वे बोहे से व्यक्ति, जिनके हाथ में सत्ता है, उन प्रश्न पर मानवीय दृष्टि से नहीं सोच रहे हैं। वे सोच रहे हैं, राष्ट्रीय दृष्टि में। पर राष्ट्र रहेगा कैसे जब मनुष्य ही नहीं होगा ? अणु-अस्त्रों में मनुष्य-जाति क्या राष्ट्र को समुन्नत रख सकेगी ? अणु-अस्त्रों में अभियान अन्धी, वहूरी भात्री पीढी में क्या राष्ट्र समुन्नत होगा ? मारी स्थिति बहुत स्पष्ट है, निश्चिन्ता है, उसे जानते हुए भी जो अनजान बन गये हैं, उन्हें कैसे जगाया जाए ? आज हम दिशा में तीव्र प्रयत्न की आवश्यकता है। शान्ति प्रसिद्धान में अभी-अभी एक अणु-अस्त्र-विरोधी सम्मेलन बुलाया था। वह भी शायद भीषणता में हुआ होगा। इसीलिए वहाँ शान्ति के लिए अनवरत प्रयत्न करने वाले अनेक मस्त्रियों के प्रतिनिधि नहीं थे। अध्यात्मवादी या शान्ति की दिशा में प्रयत्न करनेवाले शायद मिलना नहीं जानते। वे किमी-न-किसी बहाने पृथक् होकर चलते हैं। हिंसा में अपूर्व मेल होता है। उसकी शक्ति तत्काल एकत्रित हो जाती है। हमें अहिंसा की शक्ति को संचित करना है। निःशस्त्रीकरण की दिशा में कोई राष्ट्र पहल करने को तैयार नहीं है। पूर्ण निःशस्त्रीकरण सर्वथा वाछनीय होने हुए भी, सम्भव है तब के लिए व्यावहारिक न हो किन्तु अणु-अस्त्र जैसे मानव-जाति के प्रलय-कारी अस्त्रों के निर्माण तथा भण्डार का उत्सर्ग करना अनिवार्य है। इन दिशा में जो पहल करेगा, वह मानवता का सबसे बड़ा पुजारी होगा।

युद्ध की कल्पना करना बहुत धृष्टता की बात है। किन्तु युद्धकाल में भी युद्धस्थली से अतिरिक्त क्षेत्र को प्रभावित करने वाले अस्त्रों के निर्माण और प्रयोग पर एक अन्तर्राष्ट्रीय नियंत्रण हो और यदि वह मानवता की अखण्डता के आधार पर हो तो वह विकास का एक बहुत बड़ा चरण होगा।

## योग

योग शब्द युग् घातु से बनता है। उसके दो अर्थ हैं—जोड़ना और समाधि। साधना-काल में मन आत्मा से जुड़ता है इसलिए आत्मा और मन के सम्बन्ध को योग कहा जाता है। साधना-काल में मन की समाधि हो जाती है, अतः उस समाधि दशा को योग कहा जाता है। जन-साहित्य में योग के अर्थ में समाधि का प्रयोग अधिक होता है।

महर्षि पतञ्जलि के अनुसार चित्तवृत्ति के निरोध को योग कहा जाता है। आचार्य हरिभद्र के अनुसार मोक्ष से सम्बन्ध कराने वाला समूचा धर्म व्यापार योग है। मनोनुशासनम् में योग की परिभाषा इन दोनों से मिश्र है। समाधि का अर्थ है, आत्मा की सहज अवस्था। यह आहार श्वास उच्छ्वास शरीर, इन्द्रिय बाणी और मन के शोषण तथा निरोध से प्राप्त होती है। इसलिए उन्हीं के शोषण तथा निरोध को योग कहा गया है।

आहार शुद्धि के बिना समाधि-दशा प्राप्त नहीं हो सकती इसलिए आहार की शुद्धि करो और पूर्ण समाधि के लिए आहार का निरोध करो। इसी प्रकार श्वास-उच्छ्वास इन्द्रिय बाणी और मन की शुद्धि के बिना समाधि-दशा प्राप्त नहीं हो सकती। इसलिए इनकी शुद्धि करो और पूर्ण समाधि के लिए इनका निरोध करो।

योग के चार प्रकार

योग के आचार्यों ने योग के चार प्रकार बतलाए हैं

- (१) हठयोग
- (२) लययोग
- (३) भक्तयोग
- (४) राजयोग

हठयोग हठयोग का सार्वत्रिक अर्थ है सूर्य और चन्द्र को एकत्र करने की कला। हठयोगी हकार' का अर्थ सूर्य और ठकार' का अर्थ चन्द्र

करते हैं। सूर्य और चन्द्र दोनों लाक्षणिक शब्द हैं। सूर्य प्राण-वायु और चन्द्र अपान-वायु का वाचक है। इन दोनों पर विजय प्राप्त करना हठयोग का मुख्य उद्देश्य है।

हठयोग के आठ अंग हैं

- |               |                |
|---------------|----------------|
| (१) धम        | (५) प्रत्याहार |
| (२) नियम      | (६) धारणा      |
| (३) आसन       | (७) ध्यान      |
| (४) प्राणायाम | (८) समाधि      |

वायुविजय के लिए इनमें प्राणायाम ही मुख्य है। उसके तीन रूप हैं

- (१) पूरक
- (२) रेचक
- (३) कुम्भक

ध्वाम भरने को पूरक, बाहर निकालने को रेचक और रोकने को कुम्भक कहा जाता है। ध्वाम बाहर रोका जाता है, उसे बहि कुम्भक और भीतर रोका जाता है, उसे आन्तरिक कुम्भक कहा जाता है।

सूर्य अर्थात् प्राण-वायु का स्थान हृदय है। चन्द्र अर्थात् अपान-वायु का स्थान नासिकाग्र में वारज्जु अंगुल पर है। इन दोनों का मिलन दोनों कुम्भक में होता है। हृदय में चन्द्र (अपान-वायु) लय पाता है और सूर्य प्राण-रूप होकर बाहर नहीं निकलता तब तक आन्तरिक कुम्भक होता है। चन्द्र के म्यान में सूर्य (प्राण-वायु) लय पाता है और चन्द्र अपान-रूप में ऊपर उठना प्रारम्भ नहीं करता तब तक बहि कुम्भक होता है। इन दोनों दशाओं में दोनों वायु मिलने हैं। इसलिए इसे सूर्य-चन्द्र का एकत्रीकरण, मिलन अथवा हठयोग कहा जाता है।

लययोग छह पा नव चक्रों (नाडी-मन्थि स्वानों) में वाग्जा ध्यान करने-कन्ने मन का लय होता है, वह लययोग है।

यय अर्थात् शाह्य ज्ञान में शून्य हो जाना, चित्त को किसी वस्तु में न्यो देना, चित्त या किसी अनिर्देश्य आकार में विनय कर देना।

मनयोग मन का जय अथवा इष्ट की आराधना करते-कन्ने जो मन

का लय होता है वह मन्त्रयोग है।

राजयोग शरीर वायु और मन को स्थिर करना राजयोग है। यह प्राणायाम या प्राणविजय की प्रक्रिया है।

योग चतुष्टय के परिवार के रूप में बन्ध नाडी वामु तत्त्व अप चक्र आदि का ज्ञान आवश्यक है।

बन्ध

बन्ध तीन हैं

(१) जालन्धर

(२) उड्डीयान

(३) मूल

(१) जालन्धर ढूँढ़ी को कण्ठ रूप में स्थापित करने को जालन्धर बन्ध कहा जाता है। सर्वांगसन हलासन तथा मत्स्यासन की एक मुद्रा में यह अपने-आप हो जाता है। मानसिक विकास के लिए यह बहुत उपयोगी है। इससे कण्ठमणि (बाइरायड ग्लण्ड) पर उचित दबाव पड़ता है। आधुनिक शरीर-शास्त्रियों के अनुसार कण्ठमणि ही शरीर में रक्त-साप तथा प्रम ईर्ष्या द्वेष आदि वृत्तियों को उत्पन्न करने वाला है। इससे धारो क्लिप्त रस का स्राव होता है। वह उक्त वृत्तियों को उत्पन्न करता है। यह हमारे शरीर की नियामक ग्रन्थि है। इस पर जालन्धर बन्ध के द्वारा हम नियंत्रण रख सकते हैं और अनेक उपयोगी रसों का स्राव कर सकते हैं।

(२) उड्डीयान पेट को अन्दर सिकोड़ने और फिर बाहर फुलाने को उड्डीयान बन्ध कहा जाता है।

(३) मूल गुदा के ऊर्ध्वकिर्पण को मूल बन्ध कहा जाता है।

नाडियाँ

प्रधान नाडियाँ तीन हैं

(१) सूर्य नाडी—इडा

(२) चन्द्र नाडी—पिंगला

(३) सुषुम्णा

सूर्य नाडी की उत्पत्ति मणिपूर चक्र से दाएँ नथुने से मिलती हुई होती है इसलिए उसका स्वाम गर्म होना है। बाएँ नथुने में स्वास अनाहत चक्र

तक जाकर वापस आता है, यह श्वाम चन्द्रामृत मे आता है, इसलिए ठण्डा होता है। सूर्य (हृदय) का स्पर्श कर जो वायु बाहर निकलता है, वह ऊष्ण और जो चन्द्र (नासिकाग मे बाहर बाहर अगुल स्थान) का स्पर्श कर अन्दर आता है, वह शीत होता है।

चन्द्र नाडी मे प्राण की गति होती है, तब शरीर शीत होता है। सूर्य नाडी मे प्राण की गति होती है, तब शरीर उष्ण होता है, इसलिए यह मान्यता है कि दिन मे चन्द्र और रात को सूर्य नाडी चलानी चाहिए। प्रात और मध्याह्न मे जिस व्यक्ति का चन्द्र-स्वर और मायकाल मे सूर्य-स्वर चलता है, वह स्वस्थ होता है। भोजन के बाद आधी घडी तक सूर्य-स्वर और जल पीने के बाद आधी घडी तक चन्द्र-स्वर चलता रहे तो स्वास्थ्य के लिए हितकर होता है। चन्द्र-स्वर मे पित्त-अक्रोष मे उत्पन्न रोग दूर होते है और सूर्य-स्वर मे वात-कफ के प्रकोप मे उत्पन्न रोग दूर होते हैं।

वायु

वायु के पाच प्रकार है

- (१) प्राण
- (२) उदान
- (३) स्थान
- (४) समान
- (५) अपान

इनके स्थान, गति और कार्य इन प्रकार हैं

स्थान सिर, छाती, हृदय, पाचकाग्नि के पास, गुदा।

गति छाती, कंठ, नासा, नाभि, गला, सर्वस्थवा, कोण्ड, श्रोणि, वस्ति, मेहन, ऊरु।

कार्य (१) बुद्धि, हृदय, इन्द्रिय और मन को धारण करना तथा यूकना, छीक, श्कार, नि श्वाम और अन्न-प्रवेश—ये प्राण-वायु के कार्य हैं।

(२) वाणी की प्रवृत्ति, उत्साह, बल, वर्ण, कफ, स्मृति—ये उदान-वायु के कार्य हैं।

(३) गति, अग के नीचे ले जाना, ऊपर लाना, आँख को मूंदना-

का जय होता है वह मन्त्रयोग है।

राजयोग शरीर वायु और मन को स्थिर करना राजयोग है। यह प्राणायाम या प्राणविजय की प्रक्रिया है।

योग-चतुष्टय के परिवार के रूप में बन्ध नाडी वायु, तत्त्व जप चक्र आदि का ज्ञान आवश्यक है।

बन्ध

बन्ध तीन है

(१) जालघर

(२) उड़ीयान

(३) मूल

(१) जालघर ठड़ी को कण्ठ कूप में स्थापित करने को जालघर बन्ध कहा जाता है। सर्वांगासन हलासन तथा मत्स्यासन की एक मुद्रा में यह अपने-आप हो जाता है। मानसिक विकास के लिए यह बहुत उपयोगी है। इससे कण्ठमणि (धाइरामड ग्लण्ड) पर उचित दबाव पड़ता है। आधुनिक शरीर-शास्त्रियों के अनुसार कण्ठमणि ही शरीर में रक्त-ताप तथा प्रेम ईर्ष्या द्वेष आदि बलियों को उत्पन्न करने वाला है। इससे चाइरो क्लिन रस का स्राव होता है। यह उच्च बलियों को उत्पन्न करता है। यह हमारे शरीर की निष्पाद्यक शक्ति है। इस पर जालघर बन्ध के द्वारा हम नियंत्रण रख सकते हैं और अनेक उपयोगी रसों का स्राव कर सकते हैं।

(२) उड़ीयान पेट को अन्दर सिकोड़ने और फिर बाहर फूलाने को उड़ीयान बन्ध कहा जाता है।

(३) मूल गुदा के ऊर्ध्वनिषण को मूल बन्ध कहा जाता है।

नाडियाँ

प्रधान नाडियाँ तीन हैं

(१) सूर्य नाडी—इडा

(२) चन्द्र नाडी—पिंगला

(३) सुषुम्णा

सूर्य नाडी की उत्पत्ति मणिपूर चक्र से बाएँ नभुने में मिलती हुई होती है इसलिए उसका स्वास दम होगा है। बाएँ नभुने में स्वाम अनाहत चक्र



सोलना—ये ध्यान-वायु के काय है।

(४) अन्न को ग्रहण करना पचाना विवेचन करना सार और असार में भेद करना और असार भाग (मल-सूत्र) को नीचे सरकाना—ये समान वायु के कार्य हैं।

(५) वीर्य रज मल मूत्र को बाहर निकालना अपान-वायु का कार्य है।

### विकृति और परिणाम

- १ कसता व्यायाम लघन घोट यात्रा तथा वेग निरोध से प्राण-वायु विकृत होती है। इसके परिणाम हैं—बधु आदि इन्द्रियो का विनाश पीनस आदित प्यास कास श्वास आदि रोगो की उत्पत्ति।
- २ स्त्रीक इकार वमन एव नीद के वेगो को रोकने तथा अति रूदन अति हास्य एव भारी बोझ उठाने से उदान-वायु विकृत होती है। इसके परिणाम हैं—कण्ठ रोध मन भ्रम वमन रुचि का नाश पीनस गलगण्ड आदि रोगो की उत्पत्ति।
- ३ अति भ्रमण चिन्ता खेल विषय-वेष्टा इस भोजन मय हृष एव शोक से ध्यान-वायु विकृत होती है। इसके परिणाम हैं—पुरुषत्व-हानि उत्साह-हानि बल-हानि चित्त की बेचनी अगों में जडता कुष्ठ विसप आदि रोगो की उत्पत्ति।
- ४ विषम भोजन अजीर्ण भोजन नीत भोजन और सकीर्ण भोजन तथा असमय में सोने या जागने से समान-वायु विकृत हो जाती है। इसके परिणाम हैं—गूल गुल्म ग्रहणी आदि पक्काशय के रोगो की उत्पत्ति।
- ५ सुदम तथा भारी अन्न के सेवन वेगो को रोकने या अति प्रवृत्ति करने अति बढने खडे रहने तथा चलने में अपान-वायु विकृत होती है। इसके परिणाम हैं—वल्गाशयगत कष्टमाध्य रोगो एव वीर्य रोगो अशुद भ्रम आदि रोगो की उत्पत्ति।

कुछ योग-ग्रन्थो में इस विषय का प्रतिपादन निम्न प्रकार मिलता है।

यह सतिष्ठ-भरत है

वायु	केन्द्र-स्थान	कार्य
प्राण	हृत्पत्र	प्राणान्द्रिदान संकल्प का कार्य करना ।
उपान	गुहा	मन-धुन दिग्वसन ।
समान	नाभि	भक्त आशा का पावन-गन्ध करना ।
उदान	कण्ठ	मन्त्रि-मन्त्र का पढ़वाना ।
व्यान	नसा व मरीच	मन्त्रि-मन्त्रिणाण व मन्त्रिणा का गति देना ।

तत्त्व

मूलतः प्राण तत्त्व एक ही है । अनुसारा गुणार्थित धम का रूपान के अनुसार इनके पांच विभाग होत हैं । इनके नाम धम एवं आकाश आदि इन प्रकार हैं

नाम	रोग	रग	आकार	रस-स्वाद
१ पृथ्वी	अल्पतर	पीडा	चतुर्बाण	मधुर
२ जल	अल्प	सफेद या बैंगनी	अचन्द्राकार	कल्पना
३ तेजम्	नीच	साद	त्रिकोण	तीखा
४ वायु	नीचतर	तीखा या प्राणमानी	गोल	मृदा
५ आकाश	नीचतम	कारा या नीचतम	अनक रिद्ध गोल (या आकाश-धुन)	बिस्वाद

सम्बाद्ध

गति

१ पृथ्वी	नाक में बाहर १० अंगुल	नासिका के मरीच—नासिका के नीचे १९ अंगुल तक स्पर्श ।
२ जल	नाक में बाहर १६ अंगुल	नासिका के नीचे नास में—१० अंगुल तक स्पर्श ।
३ तेजम्	नाक में बाहर ८ अंगुल	नासिका के उपरी भाग में—८ अंगुल तक स्पर्श ।
४ वायु	नाक में बाहर ८ अंगुल	नासिका के दाए-बाए—८ अंगुल तक स्पर्श ।
५ आकाश	अस्पष्ट	दोनों श्वरी के अन्दर बहकर गतिशून्य ही जाता है ।

गुण	कार्य	इन्द्रिय-व्यापार
१ पृथ्वी	रिवतस्थान जडता	हृष्टी मास त्वचा सुधना नाडी रोम
२ जल	कम्पन शीतलता	वीर रक्त मज्जा मूत्र स्राव
३ तेजस्	प्रसरण उष्णता	क्षुधा प्यास नीद जडता आलस्य
४ वायु	सकोचन सावधानता	धावन चलन मोटन सकोच प्रसारण
५ आकाश	निरोध शान्ति	राग द्वेष लज्जा भय मोह सुमना

### स्वर और तत्त्व

१ चन्द्र-स्वर पृथ्वी	मानसिक धैर्य उत्साह आदि की प्राप्ति ।
२ चन्द्र-स्वर जल	मित्र-प्रेम सम्मान आदि की प्राप्ति ।
३ चन्द्र-स्वर तेजस	क्लेश-हानि आदि ।
४ चन्द्र-स्वर वायु	क्लेश-हानि आदि ।
५ चन्द्र-स्वर आकाश	शून्यता आलस्य प्रमाद ।
१ सूर्य-स्वर पृथ्वी	सुख विनोद आदि की प्राप्ति ।
२ सूर्य-स्वर जल	विराग विवेक सन्तोष आदि ।
३ सूर्य-स्वर तेजस्	उम आदि ।
४ सूर्य-स्वर वायु	दुःख सन्ताप आदि ।
५ सूर्य-स्वर आकाश	रोग भय शोक आदि ।

### करणीय कार्य

- १ पृथ्वी तत्त्व में विचारप्रधान स्थिर कार्य ।
  - २ जल तत्त्व में चर कार्य ।
  - ३ तेजस तत्त्व में बहुश्रमसाम्य कार्य ।
  - ४ वायु तत्त्व में कूटतापूर्ण कार्य ।
  - ५ आकाश तत्त्व में केवल तत्त्व विद्या का अभ्यास ।
- सौम्य कार्यों में चन्द्र-स्वर और पृथ्वी तत्त्व व्यवहृत किए जाते हैं कूर

कार्यों में सूर्य-स्वर और अग्नि-तत्त्व । पृथ्वी और जल तत्त्व आरोग्यकारक और सफलता के हेतु होने हैं । वायु और आकाश तत्त्व आरोग्यकारी किन्तु शुभ कार्यों के लिए अनुपयुक्त होते हैं । सूर्य-स्वर में अग्नि और वायु तत्त्व उत्तम होने हैं । चन्द्र-स्वर और जल तत्त्व प्रवहमान हो तो स्वन-निवृत्ति होती है । चन्द्र-स्वर में जल तत्त्व चने गो घनीय में प्रविष्ट स्वाधर जगम विप दूर होता है । पृथ्वी तत्त्व की अधिकता में यकृत-सम्बन्धी रोग दूर होते हैं ।

### बीज

१ पृथ्वी	ल	लोभ-बुद्ध	पृथ्वी
२ जल	व	मगल-शुक्र	अग्नि
३ तेजस्	ह	गुरु	वायु
४ वायु	य	शनि-रवि	जल
५ आकाश	र	सूर्योदय के समय ये तत्त्व चलते हैं तो शरीर को निरोग समझना चाहिए ।	

### तत्त्व की पहचान

सर्वेन्द्रिय गोपन मुद्रा करने पर जिम रंग का बिंदु देखे, वही तत्त्व प्रवहमान समझना चाहिए । अम्यास-काल में जो तत्त्व प्रवहमान हो, उनके बीज मंत्र का जप करना चाहिए । काम, श्रोध, भय आदि में तत्त्व के आन्दोलन में न्यूनाधिकता होती है । उसमें तत्त्व विपन्न हो जाते हैं । तत्त्व की विपन्नता से रोग उत्पन्न होते हैं । क्रोध से अग्नि तत्त्व प्रघान हो जाता है, मोह से जल तत्त्व और भय से पृथ्वी तत्त्व-रोग का अर्थ है तत्त्व-विपन्न और आरोग्य का अर्थ है तत्त्व-साम्य । लोभ-विचोम प्राणायाम से तत्त्व-विपन्न दूर होता है ।

### चक्र और तत्त्व

मूलाधार चक्र	पृथ्वी तत्त्व
स्वाधिष्ठान चक्र	जल तत्त्व
मणिपूर चक्र	तेजस् तत्त्व
अनाहत चक्र	वायु तत्त्व
विशुद्ध चक्र	आकाश तत्त्व

## कायोत्सर्ग

साधना का अर्थ है अध्यवसान (अचेतन) मन में निमग्न होना ।  
उसकी अनेक कक्षाएँ हैं ।

पहली कक्षा है—

कायोत्सर्ग—देह विसर्जन या शिथिलीकरण का अभ्यास ।

दूसरी कक्षा है—

आत्म विश्लेषण की पद्धति द्वारा अचेतन अधचेतन और चेतन भावनाओं का प्रकटीकरण । अवदमित्त सम्पकों विचारों और आवेगों का प्रकटीकरण परिवर्तन और शोधन ।

आत्म विश्लेषण के तीन अंग हैं

१ आत्म निरीक्षण    २ आसोधना    ३ प्रायश्चित्त ।

तीसरी कक्षा है—

भावना—आत्मो मुखी प्रवृत्तियों का बार-बार अभ्यास ।

चौथी कक्षा है—

ध्यान—चित्त का एकाग्रिकरण या निरोध ।

पाचवी कक्षा है—

स्वाध्याय आत्मो मुखी चिन्तन-मननगत तन्मयता ।

छठी कक्षा है—

प्रतिसमीनता—इन्द्रियों को अन्तमुखी बनाना ।

सातवी कक्षा है—

योगासन ।

आठवी कक्षा है—

सुखद सामुदायिक जीवन ।

इसमें दो अंग हैं

१ विनय, ० मेवा ।

नवी कला है—

आहार-मयम ।

भावना की ये भी कलाएँ हैं । प्रस्तुत निबन्ध में मैं पहली कला पर प्रकाश डालूंगा ।

**कायोत्सर्ग सिद्धान्त पक्ष**

प्रवृत्ति के तीन खों है—काय, वाणी और मन । उनमें मुख्य काय है । वाणी और मन उसके माध्यम में ही प्रवृत्त होते हैं । काय के स्पन्दन-काल में वाणी और मन प्रस्कृष्टित होते हैं । उसकी अस्पन्द-दशा में वे त्रिलीन हो जाते हैं । साम्प्रतीय परिभाषा यह है—भाषा और मन की पुद्गल शरणाओं का ग्रहण काय-योग के द्वारा होता है । फिर उनका भाषा और मन के रूप में परिणामन होता है और विमर्जन-काल में वे भाषा और मन कहलाने हैं—भाष्यभाषी भाषा होनी है, पहलै-पीछे नहीं होनी, इसी प्रकार मन्वमान मन होता है, पहलै-पीछे नहीं होना ।

काय वाणी और मन की प्रवृत्ति का खों है, इसीलिए उसकी निवृत्ति या स्थिरता वाणी और मन की स्थिरता का आधार बनती है । काय का त्याग होने पर वाणी और मन स्वयं त्यक्त हो जाते हैं ।

**कायोत्सर्ग अम्यास-पक्ष**

कायोत्सर्ग (गरीर-विमर्जन) की पहली प्रक्रिया विधिलीकरण है । यदि आप बैठे-बैठे कायोत्सर्ग करना चाहते हैं तो मुम्हामन में बैठ जाइए—पालकी बाँधकर या अर्ध पद्मामन या पद्मामन लगाइए । फिर पृष्ठ वज्र (रीढ़ की हड्डी) और गर्दन को सीधा कीजिए । यह ध्यान रहे कि उनमें न झुकाव हो और न तनाव हो । वे विधिल भी रहें और सीधे सरल भी । अब दीर्घ ध्वास कीजिए । ध्वास को उत्तमा लम्बाएँ जितना बिना किसी कष्ट के लम्बा सकें । इसमें धरीर और मन दोनों के विधिलीकरण में बड़ा महारा मिलेगा । आठ-दस बार दीर्घ ध्वास लेने के बाद वह कम महज हो जाएगा । फिर विधिलीकरण में मन को लगाइए । स्थिर बैठने से कुछ-कुछ विधिलीकरण तो अपने-आप हो जाता है । अब विचारधारा द्वारा प्रत्येक अवयव को विधिल कीजिए । मन को उसी अवयव में टिकाइए, जिसे आप

शिथिल कर रहे हैं। अवयवों को शिथिल करने का क्रम यह रखिए—गदन कंधा छाती पेट—दाएँ-बाएँ पुच्छ-भाग भ्रूजा हाथ हथेली उगली कटि टांग पर और उगली। अब मासपेशियों को शिथिल कीजिए। मन से शरीर के भाग और मासपेशियों का अवलोकन कीजिए। इस प्रकार अवयवों और मासपेशियों के शिथिलन के बाद स्थूल-शरीर से सम्बन्ध विच्छेद और सूक्ष्म-शरीर से दृढ सम्बन्ध-स्थापन का ध्यान कीजिए।

सूक्ष्म शरीर दो हैं (१) तजस (२) कामण।

तैजस-शरीर विद्युत् का शरीर है। उसके साथ सम्बन्ध स्थापित कर प्रकाश का अनुभव कीजिए। शक्ति और दीप्ति की प्राप्ति का यह प्रबल माध्यम है।

कार्मण शरीर के साथ सम्बन्ध स्थापित कर भेद विज्ञान का अभ्यास कीजिए।

इस भूमिका में ममत्व विसर्जन हो जाएगा।

शरीर मेरा है—यह मानसिक भाति विसर्जित हो जाएगी।

यदि आप सोकर कायोत्सव करना चाहते हैं तो—

- १ सीधे लेट जाए।
- २ सिर से लेकर पर तक के अवयवों को पहले तान और फिर क्रमशः उन्हें स्थिर करें।
- ३ दीर्घ श्वास लें।
- ४ सम माना में श्वास लें।
- ५ मन को श्वास-प्रश्वास में लगा किसी एक विचार पर स्थिर हो जाए। सुप्त कायोत्सव में दोनों हाथों-पैरों को अलग अलग रखिए। यदि आप झड़े-झड़े कायोत्सव करना चाहते हैं तो—
- १ पैरों के पजों को पीछे से सटाकर और आगे से चार अंगुल के अन्तर से स्थापित कर झड़े हो जाइए।
- २ दोनों हाथों को नीचे की ओर फैला दीजिए।
- ३ दीर्घ श्वास कीजिए।
- ४ मानसिक निरीक्षण के साथ-साथ शरीर के हर अवयव को शिथिल कीजिए और ध्यान में मग्न हो जाइए।

कायोत्सर्ग के माध्यम से स्वास्थ्य इन संकल्पों को दोहराए

- १ शरीर क्षिप्त हो रहा है ।
- २ श्वास क्षिप्त हो रहा है ।
- ३ स्थूल शरीर का विमर्जन हो रहा है ।
- ४ तैश्म शरीर प्रदीप्त हो रहा है ।
- ५ कामण शरीर भिन्न हो रहा है ।
- ६ समस्त विमर्जन हो रहा है ।
- ७ मैं आत्मस्थ हो रहा हूँ ।\*



## ब्रह्मचर्य

जब हम दीक्षित हुए थे उस समय हमने पाँच महाव्रत स्वीकार किए थे। वह स्वीकार सकल्पज स्वीकार था।

सकल्पज स्वीकार से साधना का प्रयोगद्वार खुलता है किन्तु सिद्धि नहीं मिलती। उसके लिए अधिक साधना अपेक्षित है। वह अनेक उतार चढ़ावों के बाद प्राप्त होती है।

ब्रह्मचर्य दो भागों में विभक्त है—सकल्प सिद्ध-ब्रह्मचर्य और सिद्ध ब्रह्मचर्य। सिद्ध-ब्रह्मचर्य की भूमिका तक पहुँचना हमारा लक्ष्य है। शास्त्रों में घोर ब्रह्मचारी शब्द आता है। वह एक विशेष प्रकार की लक्ष्मि (योगज शक्ति) है। यह दीर्घकालीन साधना से उपलब्ध होती है। राजमातृक के अनुसार जिसका वीर्य स्वप्न में भी स्खलित न हो वह घोर ब्रह्मचारी होता है। जिसका मन स्वप्न में भी अणु मात्र विचलित नहीं होता उसे घोर-ब्रह्मचर्य की लक्ष्मि प्राप्त होती है। शुभ सकल्पों और साधना के द्वारा इस भूमिका तक पहुँचा जा सकता है। ब्रह्मचर्य का अर्थ है—मग्न विरति या सर्वेन्द्रियोपरम। असत्य चोरी आदि का सम्बन्ध मुख्यतः मानसिक भूमिका से है। ब्रह्मचर्य दैहिक और मानसिक दोनों भूमिकाओं से सम्बन्धित है। अतः उसकी प्राप्तिका के लिए शरीर-शास्त्रीय ज्ञान भी आवश्यक है। उसके अभाव में ब्रह्मचर्य को समझने में भी कठिनाई होती है।

ब्रह्मचर्य के दो कारण हैं १ मोह २ शारीरिक परिस्थिति।

व्यक्ति जो कुछ खाता है उसके शरीर में प्रक्रिया चलती है। उसकी पहली परिणति रस है। वह क्षोभित आदि घातुओं में परिणत होता हुआ सातवीं भूमिका में वीर्य बनता है। उसके बाद वह भोज के रूप में शरीर में व्याप्त होता है। भोज केवल वीर्य का ही सार नहीं है। वह नव धानुओं का सार है। शरीर में अनेक नादियाँ हैं। उनमें एक काम-वाहिनी

नाडी है। उनका स्वाम पर के अगूठे में लेकर मस्तिष्क के पिछले भाग तक है। काम-वासना को मिटाने के लिए जो आसन किया जाने है उन आसना से इसी नाडी पर नियंत्रण किया जाना है। स्वाम में शीघ्र बनना है। वह रक्त के साथ भी गूना है और वीर्याजिब में भी जाना है। वीर्याजिब में अधिक वीर्य जाने में अधिक उत्तेजन होती है और काम-वासना भी अधिक जागती है। ब्रह्मचारी के सामने यह एक कठिनाई है कि वह जीन-जी खाना नहीं छोड़ सकता। जो खाना है उसका रस आदि भी बनना है। वीर्य भी बनता है। वह उपश्रवण में जाकर संगृहीत भी होता है और वह वीर्याशय में भी जाता है। योगियों ने इन समस्या पर विचार किया कि इन परिस्थिति को विचरना ही माना जाय यः, उम पर नियंत्रण पाने का कोई उपाय ढूँढा जाय। उन्होंने स्पष्ट अनुभव किया—वीर्य केवल वीर्याशय में जागता भी पीछे में चाप पडने से जाने का शीघ्र बाह्य निकरेगा, फिर दूसरा आना और वह भी जालों होगा। खाली होता और भरना यही कम रहेगा तो धनीर के अन्य तत्वों को पोषण नहीं मिलेगा। इसलिए उन्होंने वीर्य को मार्गान्निग्नि कर्मों की पद्धति स्वयं निकाली। मार्गान्निग्नि के लिए ऊर्ध्वार्कर्मों को माघना का विकार किया। उनका प्रयत्न ग्रा कि वीर्य वीर्याशय में कम जाए और ऊपर मह्यार-चक्र में अधिक जाए। इन प्रक्रिया में वे सफल हुए। वीर्य को ऊर्ध्व में जाने में वे ऊध्वरेता बन गए।

### चाप पडने का कारण

वीर्याशय पर चाप पडने का एक कारण आहार है। ब्रह्मचर्य के लिए आहार का विशेष अत्यन्त आवश्यक है। अतिमास-आहार और प्रशीत-आहार दोनों वर्जनीय है। गरिष्ठ आहार नहीं पचना, इसलिए वह कब्ज करता है। मलाबरोध होने में कुबालना जागती है और वीर्य का व्यय होता है। इसलिए पेट भारी रहे उठना मत खाओ और प्रशीत-आहार मत करो। समुचित आहार करो, जिसमें पेट साफ रहे। खाना जिनना आवश्यक है उससे कहीं अधिक आवश्यक है मल-मुक्ति। मल के अवरोध में वायु बनती है। वायु जितनी अधिक बनेगी उठना ही अहित होगा। वायु-विकार में अधिक बचो। वीर्य का जब अधिक चाप होना है तब ब्रह्मचर्य में

सन्देह उत्पन्न हो जाता है।

उत्तराध्ययन' में कहा गया है— 'बभ्रवेरे सका वा कक्षा वा किति विच्छा वा समुपज्जिज्जा भेष वा लभेज्जा उम्माय वा पाउणिज्जा दीहकालिय वा रोगायक ह्वेज्जा केवलिपल्लत्ताथो वा धम्माओ भसेज्जा।

यका वाक्षा और विचिकित्सा उत्पन्न होती है भव होता है उमाय होता है दीघकालिक रोग और आतक भी हो जाता है तथा केवलि प्राप्त धम से भ्रष्ट हो जाता है। ब्रह्मचर्य की साधना के लिए कुछेक साधनों को सूचना दी जाती है। उनका अभ्यास किया जाए तो वह निश्चित परिणाम लाएगा। इनमें पहला साधन वीर्य-स्तम्भ प्राणायाम है। इसका दूसरा नाम ऊर्ध्वकिथण प्राणायाम भी है। सिद्धासन में बैठकर पूण रूप से रेचन करें। रेचन-काल में ध्यान कर कि मेरा वीर्य रक्त के साथ मिलकर समूचे शरीर में व्याप्त हो रहा है। पूरक करें। जालघर बंध और मूल बंध करें। पूरक काल में पेट को सिकोड़ और फुलाए। सिकोड़ने और फलाने की क्रिया को पाच-सात पूरकों में सौ बार दोहराए।

दूसरा ध्यान है। तीसरा अस्पृशालीन कुम्भक है। चौथा प्रतिसलीनता है।

इन्द्रिया चंचल होती हैं। पर वह उनकी स्वतंत्र प्रवृत्ति नहीं है। मन से प्रेरित होकर ही वे चंचल बनती हैं। मन जब स्थिर और शान्त होता है तब वे अपने-आप स्थिर और शान्त हो जाती हैं। मन अन्तर्मुखी बनता है, तब इन्द्रिया अन्तर्मुखी हो जाती हैं। महर्षि पतञ्जलि ने इसी आशय से लिखा है— स्वविषया सम्प्रयोगे चिन्तस्य स्वरूपानुकारइवेन्द्रियाणां प्रत्याहार। अपने विषयो के असंप्रयोग में चित्त के स्वरूप का अनुकरण जैसा करना इन्द्रियो का प्रत्याहार कहलाता है। प्रत्याहार के स्थान पर जन आगमो में प्रतिसलीनता का उल्लेख है। औपनिषदिक सूत्र में इन्द्रिय प्रतिसलीनता के पांच प्रकार बतलाए गए हैं।

इन्द्रिय प्रतिसलीनता के दो माय हैं—विषय प्रचार का निरोध और राग-द्वेष का निग्रह। आँसो से न देखें यह विषय प्रचार का निरोध है। विषय के साथ सम्बन्ध स्थापित हो जाए वहा राग-द्वेष न करना राग-द्वेष निग्रह है। प्रतिसलीनता का अर्थ है—अपन-आप में लीन होना।

अग्निवा सहजतया बाहर दौडती है, उन्हे अन्तर्मुखी बनाना प्रतिसलीनता है। उसकी प्रतिक्रिया यह है—

कोई आकार सामने आए तो उसकी उपेक्षा कर भीतर में देखा जाय, वैसे ही भीतर में मुना जाय, सूषा जाय, स्वाद लिया जाय और स्पर्श किया जाय। प्रतिसलीनता के लिए कुम्भक की आवश्यकता होती है। कुम्भक का अर्थ है—श्वास को भीतर या बाहर जहा का तहा रोक देना। प्राण, मन और विन्दु (वीर्य) का परस्पर गहरा सम्बन्ध है।

प्राण पर विजय पाने में मन और विन्दु स्वतः बध में हो जाते हैं।

मन पर विजय पाने से प्राण और विन्दु स्वतः बध में हो जाते हैं।

विन्दु पर विजय पाने से प्राण और मन स्वतः बध में हो जाते हैं।

तीनों में से किसी एक को साधने से शेष दो स्वयं बध जाते हैं। प्राण को स्थिर करने के लिए कुम्भक करना चाहिए। उसकी प्रक्रिया इस प्रकार है—बाएँ नथुने में श्वास भरें। कुछ देर रोककर अन्तः कुम्भक करें। फिर बाएँ नथुने से श्वास को बाहर निकाल दें। कुछ देर बाह्य कुम्भक करें। दूसरे क्रम में पहले से विपरीत अर्थात् बाएँ नथुने से श्वास लें। अन्तः कुम्भक कर, बाएँ नथुने से श्वास बाहर निकाल दें और बाह्य कुम्भक करें। इस प्रकार एक बार कुम्भक होता है। प्रतिदिन बारह-तेरह बार इसका अभ्यास करना चाहिए।

वीर्य की उत्पत्ति समान वायु से होती है। उसका स्थान नाभि है। इसलिए कुम्भक के साथ नाभि पर ध्यान करें। पूरक करते समय सकल्प करें कि वीर्य नाडियों द्वारा मस्तिष्क में जा रहा है। सकल्प में ऐसी दृढ़ता लाए कि अपनी कल्पना के साथ वीर्य ऊपर चढ़ता दिखाई देने लगे। चाप में भी सहस्रार-बन्ध पर ध्यान कर सकल्प करें कि नीचे खाली हो रहा है और ऊपर भर रहा है। वीर्य नीचे से ऊपर जा रहा है। ऐसा करने से वीर्य का चाप वीर्यशय पर नहीं पड़ेगा। फलतः उसके चाप से होने वाली मानसिक उत्तेजना से सहज ही बचाव हो जाएगा। इस विषय में शौन-शास्त्रियों के अभिमत भी माननीय है—विज्ञान-विशारद स्कॉट हाल का मत है—उष्ण और हिम्य प्रक्रियाओं के अन्तः काव्य जय स्वतः के साथ मिलकर शरीर के विभिन्न अंगों में प्रवाहित होते हैं

तो वे यक और युवती के सर्वांगीण विकास में जादू की तरह नवजावन का प्रभाव छोड़ते हैं।

हेलेना राइट ने इसके लिए बड़ा उपयोगी मार्ग थललाया है—आत्म विकास के लिए कोई एक नाय अपना लेना चाहिए और एकाग्रचित्त से दिन में कई बार यह सोचना चाहिए कि अनन्द्रिय में केन्द्रित प्राण-शक्ति सारे स्नायु मण्डल में प्रवाहित होकर अंग प्रत्यग को पुष्ट कर रही है। थोड़े समय में ही इस मानसिक सूचना से तन और मन नये चैतन्य स्फूर्त एवं प्रफुल्ल हो उठते।

इन साधनों के सिवाय शास्त्रों का अध्ययन मनन चिन्तन व्युत्सर्ग आदि साधन भी मन को एकाग्र करने में सहायक होते हैं। मेरा विश्वास है कि ब्रह्मचर्य के लिए केवल मानसिक चिन्तन ही पर्याप्त नहीं है वैहिक प्रथमा पर भी ध्यान देना आवश्यक है। भोजन-सम्बन्धी विवेक और मल शुद्धि का ज्ञान भी कम महत्त्व का नहीं है। यदि इनकी उपेक्षा की गई तो मानसिक चिन्तन अकेला पत्र आयेगा।

मानसिक पवित्रता प्रतिभा की सूक्ष्मता धैर्य और मानसिक विकास के लिए ब्रह्मचर्य आवश्यक है। और उसकी सिद्धि के लिए उन्नत साधनों का अभ्यास आवश्यक है।\*

---

\* १२६५ को माधु-साधियों के प्रणिधान-कक्ष (साधना शिविर) में दिए गए भाषण से।

## ब्रह्मचर्य का शरीर-शास्त्रीय अध्ययन

### ग्रन्थियां

शरीर-शास्त्र के अनुसार शरीर में पाए जानेवाले ग्रन्थियां हैं—

- १ अंतःक्रियक या पीयूष (पिट्यूटरी)
- २ कण्ठमणि (थायरायड)
- ३ थूषण
- ४ पैनक्रिया (पैनक्रिया)
- ५ एड्रीनल या सुप्रा-रेनल
- ६ पैंगलाइन्स
- ७ तृतीय मूत्र (पोनियल गांठी)
- ८ यौवन लुप्त (थाइमस)

### पीयूष ग्रन्थि

यह ग्रन्थि दिमाग के नीचे होती है। यह थायरायड, पैंगलाइन्स, एड्रीनल, पैनक्रिया व थूषण कोषों के साथ जो नियंत्रित करती है। इस ग्रन्थि के रसों का कार्य इस प्रकार है—

प्रथम रस का कार्य—शरीर-विकसन।

द्वितीय रस का कार्य—शरीर के जल तथा नमक का मनुवन।

तृतीय रस का कार्य—गुर्दों के कार्य का नियंत्रण।

पीयूष ग्रन्थि काम कम करे तो काम-शक्ति नष्ट हो जाती है।

### कण्ठमणि ग्रन्थि

यह गर्दन में थारास नली में जुड़ी हुई होती है। इसका आकार तिलकी के समान होता है। इसका रस-स्राव अधिक होने पर शरीर को अधिक पीपण की जरूरत होती है। क्षुधा बढ़ जाती है। किन्तु अन्य अंग साथ नहीं देते इसलिए यह कभी पूरी नहीं होती। ऐसी स्थिति में दुर्बलता आ जाती

है। इस ग्रन्थि से रक्त कम निकले तो बुढ़ापा आ जाता है। सर्दी अधिक लगती है भ्रूज कम हो जाती है शिथिलता और उदासी रहती है।

**बयण ग्रन्थि**

यह पुरुष के ही होती है। यह अण्डकोषो में होती है। इसके रक्त-स्राव से पीरुष जागता है और दाबी मूछें आती हैं।

**पनक्रिया ग्रन्थि**

यह दो अंगों के बीच में होती है।

**एरोमल या सुप्रारीनल ग्रन्थि**

ये दोनो ग्रन्थिया गुर्दे के ऊपरी हिस्से में होती हैं। इनके स्राव शरीर के लिए बहुत आवश्यक होते हैं। इनसे साहस मिलता है। ये स्राव मकृत की चीनी को रक्त के द्वारा मासपेशियों में ले जाते हैं। वह मासपेशियों को जूमने की शक्ति देती है।

**पैराथाइरायड ग्रन्थि**

कण्ठग्रन्थि के पास गेहू के दाने के बराबर चार ग्रन्थिया होती है। इन्हें पैराथाइरायड कहा जाता है। ये रक्त में कलसियम फासफोरस आदि का उचित संतुलन बनाए रखती हैं।

**पृतीय मत्र ग्रन्थि**

यह मस्तिष्क में होती है।

**गोवन क्षुप्त ग्रन्थि**

यह सीने में होती है।

इनका कार्य अज्ञात है। प्रस्तुत विषय का सम्बन्ध वृषण-ग्रन्थियों से है।

**वीर्य की उत्पत्ति और धाराएँ**

वृषण ग्रन्थिया दो स्राव उत्पन्न करती हैं—बहि स्राव और अत स्राव। धमनियों द्वारा वृषण-ग्रन्थियों में रक्त रक्त आता है। उसे प्राप्त कर दोनो स्रावों के उत्पादक अवयव अपने-अपने स्राव को उत्पन्न करते हैं।

वीर्य अण्डकोष में उत्पन्न होता है। उसकी दो धाराएँ हैं। एक वीर्या धार—जो मूत्राशय और मलाशय के मध्य में है—में जाती है। दूसरी रक्त के साथ मिलकर शरीर में दीप्ति मस्तिष्क में शक्ति उत्साह आदि पैदा करती है। वीर्याशय भरा रहे तो दूसरी धारा रक्त में अधिक :

है। यह स्थिति शारीरिक जीव मानसिक दाना प्रकार के स्वाम्भ्य के लिए बहुत लाभप्रद है। बीजाणुय पानी डालना यह ना शीघ्र पड़ती मगर म उनका चला जाता है कि दूसरे का यह पानन रूप के विरत ही नहीं पानता। फलन दोनो प्रकार के स्वाम्भ्य को जानि पट्टुचर्यो है। बीजाणुय पानी न डाले इसकाध्यान रखना स्वाम्भ्य का प्रथम प्रश्न है।

### वीर्य और ओज

जीवन के दम स्थान है

१ मूर्धा	६ वस्त्रि
२ कण्ठ	७ ओज
३ हृदय	८ शुक
४ नाभि	९ ओजिन
५ गुदा	१० माम

ये दम स्थान दूसरे प्रकार से भी मिलने है

१-२ दो शस्य—पटपडिया। ३-४-५ तीन मम—हृदय, वस्त्रि, और सिर। ६ कण्ठ। ७ रक्त। ८ शुक। ९ ओज। १० गुदा।

ओज इन दोनो प्रकारो से है। वह वीर्य (धानु) का अन्निम सार नहीं है, किन्तु मानो धातुओ (रक्त, रक्त, माम, मेद, अस्त्रि, मज्जा, शुक) का अन्निम सार है। उसका केन्द्र-स्थान हृदय है, फिर भी वह व्यापी है।<sup>१</sup>

इससे दो जाने निरापन्न होती है

१ ओज का सम्बन्ध केवल वीर्य में नहीं है।

२ वीर्य का स्थान अपत्रकोप है, जबकि ओज का स्थान हृदय है।

ओज और वीर्य में तीसरा अन्तर यह है कि वीर्य का मध्यम परिमाण ही लाभप्रद होता है। वह हीन-मात्रा में हो तो क्षीणता आदि दोष बढ़ते हैं। वह अति-मात्रा में हो तो उससे मैथुन को प्रबल इच्छा और शुक्राणुगरी

१ औजस्तु तेजो धातुना, शुक्रान्ताना पर स्मृतम्।



(शुक्रजनित पथरी) रोग उत्पन्न होता है।<sup>१</sup>

ओज्ज जितना बढ उतना ही लाभप्रद है। उसकी वृद्धि से मनकी तुष्टि शरीर की पुष्टि और बल का उदय होना है।<sup>२</sup>

वीर्य-व्यय के माग

वीर्य-व्यय के दो माग है—जननेन्द्रिय और मस्तिष्क। भोगी तथा रोगी व्यक्ति के काम-वासना की उद्दीप्ति तथा वायु विकार आदि शारीरिक रोग होने पर वीर्य का व्यय जननेन्द्रिय से होना है।

योगी लोग वीर्य का प्रवाह ऊपर की ओर मोड़ देते हैं। अतः उनके वीर्य का व्यय मस्तिष्क में होता है। वीर्य का प्रवाह नीचे की ओर अधिक होने से काम-वासना बढती है और उसका प्रवाह ऊपर की ओर होने से काम-वासना घटती है।

अब्रह्मचर्य का प्रभाव

काम-वासना के कारण जननेन्द्रिय द्वारा जो वीर्य व्यय होता है वह अब्रह्मचर्य का ही एक प्रकार है। वह सीमित होता है तो उसका शरीर पर अधिक हानिकर प्रभाव नहीं होता। मन में मोह और सत्कारों में अशुद्धि उत्पन्न होती है, इसे आध्यात्मिक दृष्टि से हानि ही कहा जाएगा।

जो आदमी अब्रह्मचर्य में अति आसक्त होता है, उसकी वृषण-ग्रन्थियों में अति बाले रस रक्त का उपयोग बहिःस्राव उत्पन्न करने वाले अवयव कर लेते हैं। इसका फल यह होता है कि अन्तःस्राव उत्पन्न करने वाले अवयव उचित सामग्री के अभाव में अपना काम करने में अक्षम रह जाते हैं। फलतः सर्वधातुओं और सर्वांग पर होने वाले अन्तःस्राव के महत्त्वपूर्ण प्रभावों से वह वंचित रह जाता है और अनेक प्रकार के विकार उसके शरीर में उत्पन्न होने हैं।

आयुर्वेद के ग्रन्थों में इस विषय को एक उदाहरण के द्वारा समझाया गया है। सात क्वारियों में सातवी क्वारी में बड़ा गत हो किंवा उसमें से जल के निकलने के लिए छेद हो तो सी-वी-सी बात है कि पहले सम्पूर्ण जल

१ अतिस्त्रीकामता बढ शुक्र शुक्राश्मरीभयि । —शुभ्रुत ११।१२॥

२ ओजो बढी हि वैहृस्य तुष्टिपुष्टि बलोरय ॥ —शुभ्रुत १२।४१॥

का निपट क्या किया गया ?

**ब्रह्मचर्य के उपाय**

अब्रह्मचर्य एक आवेग है। हर आवेग पर मनुष्य अपनी नियंत्रण-शक्ति से विजय पाता है। मन की नियंत्रण-शक्ति का विकास ब्रह्मचर्य का प्रमुख उपाय है। पर यह प्रथम उपाय नहीं है। प्रथम है ब्रह्मचर्य के प्रति गाढ़ भ्रष्टा होना। दूसरा है वीर्य या रक्त के प्रवाह को मोड़ने की साधना। इससे ब्रह्मचर्य जितना सहज हो सकता है उतना नियंत्रण-शक्ति से नहीं।

काम-वासना मस्तिष्क के पिछले भाग में प्रारम्भ होती है, इसलिए जैसे ही वह उमरे वसे ही उस स्थान में मन को एकाग्र कर कोई शुभ संकल्प किया जाए जिससे वह उभार गायत हो जाए।

पेट में मल भूय और वायु का दबाव बढ़ने से काम-वाहिनी नाड़ियाँ उत्तथित होती हैं। खान-पान और मल-शुद्धि में संजग रहना ब्रह्मचर्य की बहुत बड़ी शत है। वायु विकार न वडे इस ओर ध्यान देना भी बहुत ही आवश्यक है।

काम-जनक अवयवों के स्पर्श से भी वासना बहुत अपेक्षित है। इन सारी बातों का ब्रह्मचर्य में परिपाठ में बहुत महत्त्व है पर इस सबसे जिसका अधिक महत्त्व है वह है वीर्य या रक्त प्रवाह को मोड़ने की प्रक्रिया। उसकी कुछ विधियाँ इस प्रकार हैं

**अभ्यास**

(क) सिद्धासन में बडेँ। श्वास का रेषन कर—बाहर निकालें। बाह्य कूमक कर—श्वास को बाहर रोके हुए रहे। इस स्थिति में संकल्प करे—वीर्य रक्त के साथ मिलकर समूचे शरीर में घूम रहा है। वीर्य ना प्रवाह ऊपर की ओर हो रहा है।

संकल्प इतनी तमयता से करें कि वसा प्रत्यक्ष अनुभव होने लगे। जितनी देर मुविधा से कर सकें यह संकल्प करें फिर पूरक करें—श्वास को अन्दर भरें। पूरक की स्थिति में मूल बंध करें—गुदा को ऊपर की ओर खींचे तथा जाल धर बंध कर—कुडड़ी को तालकर कण्ठ-कूप में लगाए। फिर पेट को सिकोडे और फुलाए। आराम से जितनी बार ऐसा कर सकें कर, फिर रेषन करें। यह एक क्रिया हुई। इसे अभ्यास बढान-बढाने सात

## वासना विजय

आज का चिन्त्य विषय है—वासना विजय। उसके दो पहलू हैं १ वासना क्या है? २ उस पर विजय कैसे पा सकते हैं? एक व्यक्ति दरवाजे से प्रवेश करता है। उसके चरण धूलि पर टिकते हैं। व्यक्ति चला जाता है। उसके चले जाने पर भी चरण चिह्न रह जाते हैं। वह वासना है। चित्रपट के फीते पर अनेक आकृतियाँ अंकित होती हैं। वह अकन वासना है।

यह अमिट सिद्धान्त है कि क्रिया की प्रतिबिम्बा होती है। हमारा मन माग धूलि है जो विचार पथिक आत है वे अपने चरण चिह्न छोड़ जाते हैं। हमारा मन फीता है जो विचार आते हैं वे उस पर अपनी आकृतियाँ अंकित कर जाते हैं। यही वामना है। जा अनुभूत विषय की विस्मृति है वह वामना है। उसे भावना और स्फुकार भी कहते हैं। सामान्यत वासना का अर्थ दुरा ही समझा जाता है किन्तु वास्तव में ऐसा नहीं है। वह अच्छी भी होनी है और बुरी भी। अच्छे विचारों की वासना अच्छी और बुरे विचारों की वासना बुरी होनी है।

हम वासना-मक्त होना चाहते हैं। हमारा अन्तिम लक्ष्य वासना विजय नहीं वासना मुक्ति है। प्रथम भूमिषा में वासना विजय करना प्राप्त है। उसका एक निश्चित क्रम है। पहल हम बुरी वामनाओं को जीतें फिर उनको जीत जो अच्छी हैं। हम माधु हैं। साधुत्व का अर्थ है—वासना पर विजय पाना। वासना विजय की साधना का पहला चरण सकल्प है। सकल्प जब दृढ होता है तब दबी हुई वासनाएँ एक साथ उभरती हैं। सकल्प से पूब वे उतनी नहीं उभरती जितनी सकल्प के समय उभरती हैं। कहा जाता है कि शक आक के नीचे धन का निधान होता है। कोई उस निवालने का यत्न करता है तो साप फफकारने लग जाता है। निवालने

वाला प्रबल होता है तो माया को जीत लेता । जो दुःख न टाना देता माया उसे मार डालता है । यही बात वासना को जीतने के समय जाननी है । यदि तुम उसे कुत्तरे का प्रयत्न करोगे तो वह उभरेगी । उग नहीं देना तो वह फुफकार नहीं मारेगी । उसे छोड़ने वाले का बुझन मुर या मर्यादा प्राप्त होना चाहिए । साधक का गुरु कुशल होना है जो वह उभार को समाल लेता है, अन्यथा नाशक घटका जाता है । वासना-विजय की अन्त प्रक्रियाएँ हैं, उनमें कुछ ये हैं

### इन्द्रिय-प्रतिसलीनता

तप के बारह भेदों में यह एक है । इसकी पक्रिया आज विस्तृत है । औपपातिक सूत्र में प्रतिसलीनता के चार प्रकार निर्दिष्ट हैं — अंग्रय प्रतिसलीनता, योग प्रतिसलीनता, कर्माय प्रतिसलीनता, विवर्ण शयनासन प्रतिसलीनता ।

मृनि के लिए दाल विशेषण आता है । दाल का अर्थ है — जिनका दमन किया हो । दमन का अर्थ दण्ड नहीं है, जैसा कि आज समझा जा रहा है । उसका अर्थ वही है, जो प्रतिसलीनता का है । अकराथाय ने लिखा है — इन्द्रियो को विषय में हटाकर अपने-अपने गोलक में स्थापित कर दना दम है ।

## वायु विजय

मन में सकल्प विकल्प उठते हैं ये क्या हैं ? दबी हुई वासनाएँ ही तो हैं। व्यक्ति के भस्तिष्क में करोड़ों सेल (कोष) होते हैं। एक-एक सेल को विस्तार दिया जाए तो भारतवर्ष जितना भूभाग भर सकता है। एक एक कोष में अनेक वासनाएँ स्थित होती हैं। कल्पना करिए उनका कितना बड़ा जाल है। यह तो स्थूल शरीर की बात है। सूक्ष्म शरीर में न जाने और कितनी वासनाएँ दबी पड़ी हैं। एक-एक कर इन सबको मिटाने का प्रयत्न सफल हो सके यह सम्भव नहीं। इसी बात को ध्यान में रखकर योगाचार्यों ने कहा—वायु पर विजय प्राप्त करो वासनाएँ अपने-आप शान्त और क्रमशः क्षीण हो जाएगी। वायु पांच प्रकार की होती है—प्राण अपान उदान समान और ध्यान। इनमें ध्यान वायु के साथ मन का योग होने से सकल्प विकल्प पदा होते हैं। ध्यान वायु पर विजय पाने अर्थात् उसके साथ मन का योग न होने देने से सकल्प विकल्प अपने-आप शान्त हो जाते हैं। कण्ठ देहा धानी विद्युद्धि चक्र पर समय करने से वायु विजय होता है। सकल्प विकल्प शान्त होते हैं।

### सुषुम्णा में श्वास

शरीर में तीन नाडियाँ प्रमुख हैं—इडा पिंगला और सुषुम्णा। हमारा श्वास जब इडा और पिंगला में गहता है तब मन की चंचलता होती है। जब श्वास को सुषुम्णा में स्थापित कर दिया जाता है तब वह चंचलता मिट जाती है और उससे वासनाएँ क्षीण होती हैं।

### जीम

सबसे सुगम और सुन्दर उपाय है जीम के अग्र भाग को धूय में रखना। होठों को दृढ़ता से बंद करने के बाद जीम को अघर में रखें—ऊपर-नीचे दाएँ-बाएँ स्पष्ट न करें।\*

\* ११ जनवरी १९१५ को साधु-साध्वियों के प्रविष्टान-कला (साधना-सिद्धि) में दिए गए भाषण से।

## विभूषा

अवहार की भूमिका में जीवन की आवश्यकता और विभूषा के बीच रस्ता खींचना कठिन है। पर आचार्यों ने एक रास्ता खींची है। वह है देहाध्यास। उसके इस पार आवश्यकता विभूषा में भुक्त नहीं होती और उस पार शुद्ध आवश्यकता शेष रहती है। उदाहरण की भाषा में इस प्रकार समझिए कि व्यक्ति में देहाध्यास होता है तो माधारण वस्त्र ओढ़ने में भी विभूषा का भाव जाग आता है। देहाध्यास न हो तो मूल्यवान वस्त्र ओढ़ लेने पर भी विभूषा की भावना नहीं जागती।

मनुष्य के पाम प्रवृत्ति के लिए देह, वाणी और मन तीन साधन हैं। उनमें पहला देह है। प्रश्न यह है कि हम देह में रहने हैं या आत्मा में। जब आत्मा में रहते हैं तब देहाध्यास शीघ्र होता चला जाता है। विभूषा का भाव अपने-आप विमजिन होता चला जाता है। देह में रहने है तब मग्नत्व बढ़ जाता है और विभूषा का भाव प्रबल हो उठता है। देहधारी प्राणी दो धाराओं के बीच जी रहे हैं। एक बाहर की है और दूसरी भीतर की। बाहर की धारा में कौतुक है, इन्द्रजाल है और भीतर की धारा में ज्योति है। जो अबुद्ध है वे कौतुक की ओर भाग रहे हैं और जो प्रबुद्ध हैं वे ज्योति की ओर जा रहे हैं। कहा भी है—

वहिन्तुष्यति मूढात्मा, पिहित ज्योति रत्नरे ।

तुष्यन्त प्रबुद्धात्मा, वहि वर्षावृत्तकौतुक ॥

हम साधु हैं। इसलिए हमारी गति ज्योति की ओर होनी चाहिए। वह होगी तो बाहरी आकर्षण अपने-आप शीघ्र हो जाएगा।

साधु को बाहर के प्रति मुक्त नहीं होना चाहिए। किन्तु देह के रहते हुए वह बाहरी द्रव्यों से सर्वथा मुक्त भी नहीं होता। भले न हो, मुक्त नहीं होता है तब उसकी आवश्यकता के उपकरण (वस्त्र, पात्र आदि) धर्मोपकरण हो जाते हैं। वे धर्मोपकरण इसलिए हो जाते हैं कि उनके प्रति उसका

## वायु विजय

मन मे सकल्प विकल्प उठते हैं ये क्या हैं ? दबी हुई वासनाएं ही तो हैं। व्यक्ति के मस्तिष्क में करोड़ों सेन (कोप) होते हैं। एक-एक सेन को विस्तार दिया जाए तो भारतवर्ष जितना भूभाग भर सकता है। एक एक कोप में अनेक वासनाएं स्थित होती हैं। कल्पना करिए, उनका कितना बड़ा जाल है। यह तो स्थूल शरीर की बात है। सूक्ष्म शरीर में न जाने और कितनी वासनाएं दबी पड़ी हैं। एक-एक कर इन सबको मिटाने का प्रयत्न सफल हो सके यह सम्भव नहीं। इसी बात को ध्यान में रखकर योगाचार्यों ने कहा—वायु पर विजय प्राप्त करो वासनाएं अपने-आप शान्त और क्रमशः क्षीण हो जाएगी। वायु पांच प्रकार की होती है—प्राण अपान उदान समान और ध्यान। इनमें व्याप्त वायु के साथ मन का योग होने से सकल्प विवल्प पैदा होते हैं। ध्यान वायु पर विजय पाने अर्थात् उसके साथ मन का योग न होने देने से सकल्प विकल्प अपने-आप शान्त हो जाते हैं। कष्ट देश यानी विद्युद्धि शरू पर संयम करने से वायु विजय होता है। सकल्प विकल्प शान्त होते हैं।

### सुषुम्णा में श्वास

शरीर में तीन नाड़ियाँ प्रमुख हैं—इडा पिंगला और सुषुम्णा। हमारा श्वास जब इडा और पिंगला में बहता है तब मन की चञ्चलता होती है। जब श्वास को सुषुम्णा में स्थापित कर दिया जाता है तब वह चञ्चलता मिट जाती है और उससे वासनाएं क्षीण होती हैं।

### जीभ

सबसे सुगम और सुन्दर उपाय है जीभके अग्र भाग को शून्य में रखना। होंठों को दढ़ता से बंद करने के बाद जीभ को अघर में रखें—ऊपर-नीचे बाए-बाए स्पर्श न करें।\*

---

\* ३१ जनवरी १९६५ को साधु-शास्त्रियों के प्रतिष्ठान-कक्ष (सायना सिविल) में दिए गए भाषण से।

## विभूषा

व्यवहार की भूमिका में जीवन की आवश्यकता और विभूषा के बीच रेखा खींचना कठिन है। पर आचार्यों ने एक रेखा खींची है। वह है देहाध्यास। उसके इस पार आवश्यकता विभूषा से मुक्त नहीं होती और उस पार शुद्ध आवश्यकता शेष रहती है। उदाहरण की भाषा में इस प्रकार समझिए कि व्यक्ति में देहाध्यास होता है तो साधारण वस्त्र ओढ़ने में भी विभूषा का भाव जाग आता है। देहाध्यास न हो तो मूल्यवान वस्त्र ओढ़ लेने पर भी विभूषा की भावना नहीं आती।

मनुष्य के पान प्रवृत्ति के लिए देह, वाणी और मन तीन साधन हैं। उनमें पहला देह है। प्रश्न यह है कि हम देह में रहते हैं या आत्मा में। जब आत्मा में रहते हैं तब देहाध्यास क्षीण होता चला जाता है। विभूषा का भाव अपने-आप विसर्जित होता चला जाता है। देह में रहने हैं तब ममत्व बढ़ जाता है और विभूषा का भाव प्रबल हो उठता है। देहधारी प्राणी दो भागों के बीच जा रहे हैं। एक बाहर की है और दूसरी भीतर की। बाहर की धारा में कौतुक है, इन्द्रजाल है और भीतर की धारा में ज्योति है। जो अबुद्ध है वे कौतुक की ओर भाग रहे हैं और जो प्रबुद्ध हैं वे ज्योति की ओर जा रहे हैं। कहा भी है—

बहिस्तृप्यति मूढात्मा, पिहित ज्योति रस्तरे ।

तृप्यत्यन्त प्रबुद्धात्मा, बहि र्भ्यावृत्तकौतुक ॥

हम साधु हैं। इसलिए हमारी गति ज्योति की ओर होनी चाहिए। वह क्षीण तो बाहरी आत्मर्पण अपने-आप क्षीण हो जाएगा।

मात्रु को बाहर के प्रति मुक्त नहीं होना चाहिए। किन्तु देह के रहते हुए यह बाहरी द्रव्यों में सर्वथा मुक्त भी नहीं होता। मने न हो, मुक्त नहीं होता है तब उसकी आवश्यकता के उपकरण (वस्त्र, पाच जादि) धर्मोपकरण हो जाते हैं। वे धर्मोपकरण इसलिए हो जाते हैं कि उनके प्रति उसका



अध्यास नहीं होता। देह के प्रति आसक्ति जितनी नीच होगी वाह्य वस्तुओं पर उम्मा उतना ही अधिक असर होगा। देहाध्यास नहीं होगा तो बाहरी चीजों को सभाने-सभारने की वृत्ति क्यों जागेगी? वह विभूषा क्यों करेगा?

नगिणस्स वावि मद्धस्स दीहुरोमन हसिणो।

मेहुणा उपसतस्म चि वभूपाए कारिये?॥

युत्सग और विवेक का बार-बार अध्यास किया जाय तो देहाध्यास सहज ही छूट जाता है। विवेक अन्वय विच्छेद की प्रणिया है। जो वाह्य है वह मेरा नहीं है। यन् शरीर भी मेरा नहीं है। इस प्रकार सब पदार्थों में अपनी आत्मा को पथक करना विवेक है। विवेक की भावना स्थिर होने पर ध्यत्सग सहज निष्पन्न हो जाता है। देह के प्रति ममत्व और विचाव दोनों ध्यक्त हो जाते हैं। पुज्यवाद म कहा है—

योजयेत् मनसात्मान वाक्कायाम्या विपोजयेत्।

मनसाध्ववहार तु त्यजेद् धान्नाययोजितम॥

शरीर वाणी मन और आत्मा ये चार हैं। इनमें आत्मा के सबसे निकट मन है। उसके बाद वाणी और शरीर है। इसलिए साधक मन के साथ आत्मा का योग करे और वाणी तथा देह से उस विमुक्त करे। वाणी और देह के द्वारा आयोजित व्यवहार मन से भी न करे। देह और वाणी का व्यवहार जितना कम होगा उतना ही मन शान्त होगा। शान्त मन में कोई भ्रान्ति उत्पन्न नहीं होती।

हम सब साधु हैं—साधना करने वाले हैं। सिद्ध नहीं है। जो कोई साध होता है वह साधना का भाव लेकर आता है सिद्ध होकर नहीं आता किन्तु सिद्ध होने के लिए आता है। हम नहीं मान सकते कि साधु होते ही हमारी शरीर ममता क्षीण हो जाती है। साधना के प्रति जागरूकता रहे तो वह क्षीण हो सकती है और एक दिन ही हो जाती है। विवेक और ध्युत्सग पर इसलिए अधिक बल दिया गया कि उनसे साधना शक्तिशाली बने।

प्राचीन ग्रन्थों में मुनि के लिए दिन में दसों बार ध्युत्सर्ग करने का विधान मिलता है। वह सोने से पहले ध्युत्सर्ग करे और उठने के बाद फिर

## आत्म-दमन

भारतीय दशन आत्म-दमन पर विशेष बल देते रहे हैं। आज के मनी विज्ञान से प्रभावित मानव को यह अप्रिय लगता है। मैं औरों की बात क्या कहूँ ? मैं अपने मन की बात आपको बताऊँ। मैंने जब-जब 'उत्तराध्ययन' के निम्न दो श्लोक पढ़े तब-तब मेरा मन आहत-सा हुआ। वे श्लोक ये हैं

अप्या येन दमेयस्यो अप्पाह्नु सन्तु दुर्मो।

अप्या दन्तो सुहो अस्ति लोए परत्य य। १।१५।

अर मे अप्या दन्तो सजमेण तवेण य।

माह परेहि दम्मतो वन्धपहि वहेहि य। १।१६।

आत्मा का ही दमन करना चाहिए। क्योंकि आत्मा ही दुर्म है। दमित-आत्मा ही इहलोक और परलोक में सुखी होती है।

अन्ध्रा नहीं है कि मैं समय और रूप के द्वारा अपनी आत्मा का दमन करूँ। दूसरे लोग धर्म और मय के द्वारा मेरा दमन कर—यह अन्ध्रा नहीं है।

मेरे साथी और भी बहुत होयें ? दमन शब्द मेरी तरह उनके मन को भी आहत करता होगा ? आचार्य राजनीसजी का मन भी इसी धन्द से आहत हुआ है। उन्होंने लिखा है—'एक प्रवचन कल मुना है। उसका सार या आत्म-दमन। प्रकलित कृति यही है। सीधा जाता है कि सबसे प्रम करना है पर अपने से—अपने से घृणा करनी है, स्वयं अपने से शत्रुता करनी है, तब कही आत्म-अय होती है। पर यह विचार जितना प्रकलित है, उतना ही गलत भी है। इसमाय से व्यक्तित्व धन्द में टूट जाता है और आत्म हिंसा की शुरुआत होती है और हिंसा सब क्रुश्य कर देती है।

मनुष्य को वासनाएं इस तरह दमन नहीं करनी हैं, न की जा सकती हैं। यह हिंसा का मार्ग धर्म का मार्ग नहीं है। इसके परिणाम में ही शरीर को सताने के किन्तु रूप विकसित हो गए हैं। उनमें शीघ्र ही तपश्चर्या

पर है वस्तुतः हिंसा का रस-दमन और प्रतिरोध का सुख । यह तप नहीं, आत्मवचना है ।

आज दमन का अर्थ बदल गया है । इसलिए यह प्रयोग चुभता-सा लगता है । किन्तु इसका मूल अर्थ मनोविज्ञान के प्रतिकूल नहीं है । दमन शब्द दम धातु से निष्पन्न हुआ है । उसका अर्थ है—उपशम—शम-दम-उपशमे । आन्त्याचार्य ने आत्म-दमन का अर्थ किया है—आत्मिक-उपशमन ।

महाभारत (आपद्धर्म पर्व, अध्याय १६०) में दमन की बहुत सुन्दर परिभाषा मिलती है । वहाँ लिखा है

क्षमा धृतिरहिंसा च ममता सत्यमाजवम् ।

इन्द्रियाभिजयो दाक्ष्य च मार्दव ह्रीरचापलम् ॥१५॥

अकार्पण्यसरम्भ सन्तोष प्रियवादिता ।

अविहिंसावसूया चाप्येपा समुदयो दम ॥१६॥

क्षमा, धीरता, अहिंसा, समता, सत्यवादिता, सरलता, इन्द्रिय-विजय, दक्षता, कोमलता, लज्जा, स्थिरता, उदारता, क्रोध-हीनता, सन्तोष, प्रिय वचन बोलने का स्वभाव, किसी भी प्राणी को कष्ट न देना और दूसरों के दोष न देखना—इन सद्गुणों का उदय होना ही दम है ।

दान्त का अर्थ है, उपशान्त । जो उपशान्त होता है, वह निम्न दोषों से अपना बचाव करता है । महाभारत (आपद्धर्म पर्व, अध्याय १६०) में लिखा है

गुरुभूजा च कौरथ्य दया भूतेष्व पेशुनम् ।

जनबाद मृपायाद स्तुति निन्दा विसर्जनम् ॥१७॥

काम क्रोध च लोभ च दर्प स्तम्भ विकल्हनम् ।

रोषमीर्ष्याविमान च नैव दान्तो निषेधते ॥१८॥

कुरुनन्दन ! जिसने मन और इन्द्रियों का दमन कर लिया है, उसमें गुरुजनो के प्रति आदर का भाव, समस्त प्राणियों के प्रति दया और किसी की भी चुगली न खाने की प्रवृत्ति होती है । वह जनापवाद, असत्य भाषण, निन्दा-स्तुति की प्रवृत्ति, काम, क्रोध, लोभ, दर्प, जड़ता, डींग हाकना, रोष, ईर्ष्या और दूसरों का अपमान—इन दुर्गुणों का कभी सेवन नहीं करता ।

दमन की परिभाषा शंकराचार्य ने बहुत ही मूलस्पष्टी की है । उनके मतानुसार

विषयेभ्य परावर्त्य स्थापन स्वस्वगोलके ।

उभयेषामिन्द्रियाणां स दम परिकीर्तित ॥

इसका अर्थ है इन्द्रियों को विषयो से हटाकर अपने-अपने गोलक में स्थापित कर देना दम है ।

मैं अनुभव करता हूँ कि दमन का मूल अर्थ समझने के पश्चात् अब मेरा मन आत्म-दमन का प्रयोग मुनकर बाह्य नहीं होता है । आत्म-दमन की प्रक्रिया मनोविज्ञान के प्रतिकूल है—इस मान्यता से भी मैंने संशोधन कर लिया है ।

## अकाल-मृत्यु

उत्पन्न की मृत्यु और मृत की उत्पत्ति—यह चक्र है। इसी चक्र का नाम ससार है। ससार ने ऐसा कोई प्राणी नहीं जिसकी उत्पत्ति है और मृति नहीं है। मृत्यु होती है, यह भीमात्तनीय नहीं है। भीमात्तनीय यह है कि वह कब होती है—अवधि पूरी होने पर या उससे पूर्व ? जिस राष्ट्र के नागरिक काल-मृत्यु से मरते हैं, वह राष्ट्र सुसंस्कृत, स्वस्थ और शान्ति-प्रिय ज्ञाना है। जो राष्ट्र ऐसा नहीं होता, उसके नागरिक अकाल-मृत्यु से मरते हैं। अकाल-मृत्यु व्यक्ति या राष्ट्र की अशक्ति और अस्वस्थता की सूचक है। म्यानाग मे अकाल-मृत्यु के सात हेतु बतलाए गए हैं। उनमें भी यही फलित होना है। अकाल-मृत्यु के सात हेतु

- १ अध्यावसान—राग, स्नेह, भय, घृणा आदि।
- २ निमित्त—शस्त्र आदि।
- ३ आहार—असंतुलित या अधिक।
- ४ वेदना—रोग।
- ५ पराघात—चोट आदि।
- ६ स्पर्श—नर्प-दण्ड आदि।
- ७ आनापान—उच्छ्वास-निश्वास का निरोध।

इनमें दूसरा हेतु मानसिक स्वस्थता से सम्बन्धित है। शस्त्र का प्रयोग असंतुलित मस्तिष्क और मनवाला व्यक्ति करता है। जिस प्रदेश के निवासी असंतुलित मन वाले होते हैं, वहाँ निमित्त-जनित अकाल-मृत्यु नहीं होती। जिस प्रदेश की चिकित्सा-पद्धति विकसित होती है, वहाँ वेदना, पराघात, स्पर्श और आनापान-जनित अकाल-मृत्यु का अनुपात बहुत कम हो जाता है। जो व्यक्ति खान-सयम रखता है, वह आहार-जनित अकाल-मृत्यु से ग्रसित नहीं होता। निमित्त, वेदना आदि से अकाल-मृत्यु होती है, इसे प्रायः सभी लोग जानते हैं। अधिक खाने से अकाल-मृत्यु होता है, इसे

कम भोग जानते हैं। अध्यवसान से अकाल-मृत्यु होती है इस लो बहुत ही कम भोग जानते हैं। गण स्नेह, मय घृणा आदि भाव हर व्यक्ति में होते हैं। सामान्यतः वे हर व्यक्ति के मन को प्रभावित करते रहते हैं। किन्तु जब वे तीव्र मात्रा में व्यक्ति को प्रभावित करने लगते हैं तब व्यक्ति अकाल मृत्यु की ओर चल पड़ता है और उससे नीचतर मात्रा में प्रभावित होने वाला व्यक्ति तत्काल काल-कवलित हो जाता है। शरीर और मन का गहरा सम्बन्ध है। शरीर की प्रक्रिया से मन और मन की प्रक्रिया से शरीर प्रभावित होता है। शरीर की अस्वस्थता मन को अस्वस्थ बनाती है और अस्वस्थ मन शरीर को अस्वस्थ बनाता है।

द्वय घृणा स्नेह आदि मानसिक आवेग तीव्रतर होते ही रक्त को प्रभावित करते हैं। उनकी प्रबल प्रक्रिया से मस्तिष्क के मूल भागवर्ती रक्तामिसरण-केन्द्र और श्वसन-केन्द्र ठप्प हो जाते हैं। मासपेनिया सिफ्ट जाती है। हृदय पर एक साथ अचानक चाप पड़ने से उसकी केंद्रिकाएँ अवरुद्ध हो जाती हैं। अनुप्य मृत्यु का प्राप्त बन जाता है।

मानसिक संतुलन से केवल आत्मिक प्रसन्नता ही प्राप्त नहीं होती दीर्घायु और दैहिक स्वस्थता भी प्राप्त होती है। मानसिक संतुलन का अर्थ है मानसिक भावों के उतार-चढ़ावोंका समीकरण। अनुकूल संयोगों में मन हर्षातिरेक से भर जाता है और प्रतिकूल संयोगों में वह स्निग्ध हो उठता है। ये दोनों असंतुलन की स्थितियाँ हैं। प्रिय और अप्रिय दोनों को सहने की क्षमता का विकास भावना और किष्कात्मक अभ्यास से हो सकता है।

कुछ लोग सोचते हैं—यह समभावी मनोवृत्ति योगियों के लिए आवश्यक है, हर व्यक्ति के लिए नहीं। किन्तु यह चिन्तन त्रुटिपूर्ण है। योगी की समता चरमकोटि की हो सकती है, पर समभाव के सामान्य धरातल पर चले बिना कोई भी व्यक्ति शान्त और सुखी जीवन नहीं बिता सकता।

## जीवन-परिवर्तन की नयी दिशा

साधना के प्रथम चरण में प्रत्यक्ष त्रिण परिवर्तन देखने को मिलते हैं

- १ वेशभूषा
- २ भोजन
- ३ अनुशासन

वेशभूषा का परिवर्तन विशेषतः बहनों में हुआ है। वे परदे से मुक्त होकर सादे वेश में आ गई हैं। किन्तु इस नायना-शिविर में लौटकर जब वे जाती हैं, तब पुनः वेश परिवर्तन कर लेती हैं। उसके पीछे उनकी कमजोरी होती है। नम्र और दुर्बलता ही अनिष्ट के मूल हैं। अच्छाई का मूल अभय है, उसका विकास होना चाहिए और उसके साथ विवेक का विकास भी होना चाहिए। उसके अभय में कहीं-कहीं अभय के नाम पर उच्छृंखलता पनप जाती है।

जो साधना के मार्ग पर चलता है उसके सामने अनेक कठिनाइयाँ उपस्थित होती हैं, किन्तु साधक को उनका दृढ़ता से सामना करना चाहिए, न डरकर अपने कर्तव्य-मार्ग से हटना चाहिए और न परिस्थिति के प्रति उद्बुद्ध होना चाहिए।

भोजन-परिवर्तन भी महत्त्वपूर्ण है। आजकल खाने की पद्धति भी झुपित हो गई है। अधिक चीजें वे खाती जाती हैं जो अधिक-से-अधिक अनावश्यक हैं।

खाने का प्रत्यक्ष सम्बन्ध शरीर से है। मन पर भी उसका सीधा असर होता है। भोजन का विवेक अत्यन्त आवश्यक है। जो सात्विक भोजन करता है उसका मन सरल होता है, उसे क्रोध नहीं आता, उसका स्वभाव चिडचिडा नहीं होता। बीया जलता है तब वह प्रकाश के साथ धुआँ भी निकलता है। यह इसलिए कि जलते समय वह तिमिर को खाता है। जो जैसा

लाता है वह वैसा ही उगलता है। अधिक खाने से शरीर में बीमारी होती है और मानसिक गति कूटित हो जाती है। सारी शक्ति भोजन की पचाने में ही लग जाती है तब मित्तन के लिए आवश्यकता ही नहीं रहती। सत्यदेव विद्यालकार एक शर वह रहे थे— मैं जब भी अच्छी पुस्तक लिखता हू भोजन हल्का करता हू। हर व्यक्ति चाहता है उसकी गति का उपयोग अच्छे कार्यों में हो। जिनका ध्यान केवल खाने में रहता है, वे धन के कौड़े होते हैं। उनमें अच्छा काम करने का उत्साह नहीं रहता। खाने का समय तथा विवेक रखने वाले बीमारी में भी शरीर को अधिक क्षत विधत होने से बचा लेते हैं। कुछ भोग पूछने हैं कितना खाना चाहिए ? इसका निश्चित परिमाण तो नहीं बताया जा सकता किन्तु शरीर-शास्त्रियों ने यह बतलाया है कि उतना ही खाना चाहिए जितना शरीर के लिए आवश्यक हो आवश्यकता से अधिक खाना खाते पर आयाचार करना है। अधिकानताया जितना अनभ शत्रु नहीं करता अपना अविषेण कर देता है। इसलिए भोजन में विवेक रखना अत्यन्त आवश्यक है। भोजन का संयम शारीरिक और धार्मिक दृष्टियों से लाभप्रद है।

आयुर्वेद के आचार्यों ने कहा है—यदि पथ्य भोजन चलता है तो औषधि की क्या आवश्यकता ? यदि अपथ्य भोजन चलता है तो भी फिर औषधि की क्या आवश्यकता ?

अनुशासन सबसे बड़ी समस्या बन गया है। युग का प्रवाह ही ऐसा है कि कोई किसी की आज्ञा मानना नहीं चाहता। छोटे बच्चे की सुनना नहीं चाहते तब वे नयी आशा करें कि वे छोटे से आज्ञा मनाएँगे।

साधना का अर्थ है—संतुलन का अम्यास। प्रतिकूलता में पारा गम होना अपने से बाहर जाना अनुकूलता में फूलकर कुप्पा बनना दोनों ही असंतुलन के परिणाम हैं। मनुष्य को हर स्थिति में संतुलित रहना चाहिए। अम्यास के बिना संतुलित रहना कठिन होता है। किन्तु साधना का लक्ष्य होने के बाद कठिन भी सरल हो जाता है। खाना जोखना बैठना जादि सारे अनुशासन के अंग हैं। खाना प्रत्येक व्यक्ति खाता है पर खाने की क्या क्या शोष जानते हैं। जल्दी खाना बिना चबाकर खाना खाए हुए पर

—ये सारे खाने के शोष हैं।



अधिक बोलना, जोर से बोलना, बिना प्रयोजन बोलना वाणी का असयम है। अधिक बातें करना या मन की भाव को न रोक सकना मानसिक दुर्बलता है।

पक्तिवद्ध न बैठना और एकासन में न बैठना—आसन की अव्यवस्था है।

अनुशासन से इन क्रियाओं की कला सीखने को मिलती है। प्रत्येक क्रिया के साथ कब, क्या, कैसे और क्यों लगाने से जो उत्तर हमें प्राप्त होता है, उससे क्रिया का विवेक मिलता है।

कुछ उदाहरण देखिए

भोजन कब करना चाहिए ? इसका सामान्य उत्तर यह है कि कम-से-कम तीन घंटे से पहले नहीं। अगर भूख न हो तो उस समय भी नहीं। आग्नेय ने अपनी एक लाख पद्य वाली संहिता का सार एक चरण में यही कहा—‘जीर्णं भोजन मात्रेय’। अगला भोजन जीर्ण होने के बाद खाना चाहिए, पहले नहीं। शरीर-शास्त्रियों ने इस बारे में कहा है। जैसे—

क्या खाना चाहिए ?

जो शरीर के लिए आवश्यक हो।

कैसे खाना चाहिए ?

चबाकर।

कहा खाना चाहिए ?

धान्त वातावरण में। क्रोध-अवस्था में भोजन करने से रस की परिणति अच्छी नहीं होती।

कब बोलना चाहिए ?

जब बोलने की आवश्यकता हो और अनुकूल अवसर हो। दो व्यक्ति बातें करते हो, तब बीच में नहीं बोलना चाहिए। तनाव का वातावरण हो, तब नहीं बोलना चाहिए। स्थिति को समझकर और देखकर बोलना चाहिए।

क्या बोलना चाहिए ?

जो बोलना आवश्यक हो।

कैसे बोलना चाहिए ?

खाता है वह बसा ही जगलता है। अधिक खाने से शरीर में बीमारी होती और मानसिक शक्ति कठिन हो जाती है। सारी शक्ति भोजन को पचाने में ही लग जाती है तब चित्तन के लिए आवश्यकता ही नहीं रहती। सत्यदेव विद्यासवार एक बार कह रहे थे— मैं जब भी अच्छी पुस्तक लिखता हूँ भोजन हल्का करता हूँ। हर व्यक्ति चाहता है, उसकी शक्ति का उपयोग अच्छे कार्यों में हो। जिनका ध्यान केवल खाने में रहता है वे ज्ञान के कीड़े होते हैं। उनमें अच्छा काम करने का उत्साह नहीं रहता। खाने का सगम तथा विवेक रखने वाले बीमारी में भी शरीर को अधिक क्षत विक्षत होने से बचा लेते हैं। कुछ लोग पूछते हैं कितना खाना चाहिए ? इसका निश्चित परिमाण तो नहीं बताया जा सकता किंतु शरीर-शास्त्रियों ने यह बतलाया है कि उतना ही खाना चाहिए जितना शरीर के लिए आवश्यक हो आवश्यकता से अधिक खाना आँतों पर अत्याचार करना है। अधिकांशतया जितना अन्नधन धनु नहीं करता अपना अविवेक कर देता है। इसलिए भोजन में विवेक रखना अत्यन्त आवश्यक है। भोजन का सयम शारीरिक और भाविक दृष्टियों से लाभप्रद है।

आयुर्वेद के आचार्यों ने कहा है— यदि पच्य भोजन चलता है तो औषधि की क्या आवश्यकता ? यदि अपच्य भोजन चलता है तो भी फिर औषधि की क्या आवश्यकता ?

अनुशासन सबसे बड़ी समस्या बन गया है। युग का प्रवाह ही ऐसा है कि कोई किसी की आज्ञा मानना नहीं चाहता। छोटे बड़ों की सुनना नहीं चाहते तब वे क्यों आज्ञा करें कि वे छोटी से आज्ञा मनाएंगे।

साधना का वर्ध है—सतुलन का अभ्यास। प्रतिकूलता में पारा बर्ध होना आपे से बाहर हाना अमुकूलना में फूलकर दुष्पा बनना दोनों ही असतुलन के परिणाम हैं। मनुष्य को हर स्थिति में सतुलित रहना चाहिए। अभ्यास के बिना सतुलित रहना कठिन होता है। किन्तु साधना का लक्ष्य हाने के बाद कठिन भी सरल हो जाता है। खाना बोलना बैठना आदि सारे अनुशासन के अंग हैं। खाना प्रत्येक व्यक्ति खाता है पर खाने की कला धर्म लोग जानते हैं। जल्दी खाना बिना चबाकर खाना खाए हुए पर खाना—ये सारे खाने के दोष हैं।

अधिक बोलना, जोर से बोलना, बिना प्रयोजन बोलना वाणी का असुख है। अधिक बातें करना या मन की भाप को न रोक सकना मानसिक दुर्बलता है।

पक्तिबद्ध न बैठना और एकासन में न बैठना—आसन की अव्यवस्था है।

अनुशासन से इन क्रियाओं की कला सीखने को मिलती है। प्रत्येक क्रिया के साथ कब, क्या, कैसे और क्यों लगाने से जो उत्तर हमें प्राप्त होता है, उससे क्रिया का विवेक मिलता है।

कुछ उदाहरण देखिए

भोजन कब करना चाहिए ? इसका सामान्य उत्तर यह है कि कम-से-कम तीन घंटे से पहले नहीं। अगर भूख न हो तो उस समय भी नहीं। बाबेय ने अपनी एक लाख पद्य वाली संहिता का सार एक चरण में यही कहा—'धीर्यं भोजन मात्रैय'। अगला भोजन जीर्ण होने के बाद खाना चाहिए, पहले नहीं। शरीर-शास्त्रियों ने इस बारे में कहा है। जैसे—

क्या खाना चाहिए ?

जो शरीर के लिए आवश्यक हो।

कैसे खाना चाहिए ?

थकाकर।

कहा खाना चाहिए ?

शान्त वातावरण में। क्रोध-अवस्था में भोजन करने से रस की परिणति अच्छी नहीं होती।

कब बोलना चाहिए ?

जब बोलने की आवश्यकता हो और अनुकूल अवसर हो। दो व्यक्ति बातें करने हो, सब बीच में नहीं बोलना चाहिए। वनाय का वातावरण हो, सब नहीं बोलना चाहिए। स्थिति को समझकर और देखकर बोलना चाहिए।

क्या बोलना चाहिए ?

जो बोलना आवश्यक हो।

कैसे बोलना चाहिए ?

शीतलता स्वाभाविकता और नम्रता से बोलना चाहिए। हँसते हुए बोलने से उसका असर नहीं होता। मधुरता से दिया जाने वाला उपालम्भ अधिक ग्राही होता है। यह सदा का ही ऐसा है। इसने सदा ऐसा ही किया है आदि वाक्य कहने से कटुता बढ़ती है। इसके स्थान पर यदि ऐसा कहा जाए कि यदि तुम ऐसा करते तो कैसा रहता तो वह बुरा नहीं मानता। उसे स्वयं अपनी गलती अनुभव होने लगती है।

कहा बोलना चाहिए ?

जहा बोलने का अपनी दृष्टि में कोई लाभ हो।

इस प्रकार कान पान रखन-सहन आदि सभी क्रिया-कलापों में इन चार दृष्टियों का प्रयोग करना चाहिए जिससे उस क्रिया का विवेक मिले।

## मुनि नथमल

जन्म : वि० स० १९७७ आषाढ कृष्णा  
१३, टमकोर (राजस्थान) ।

शिक्षा : वि० स० १९८७ माघ शुक्ला १०,  
सरदारशहर (राजस्थान) ।

आचार्य तुलसी के सतत् सान्निध्य में रहकर संस्कृत, प्राकृत और हिन्दी का अध्ययन । संस्कृत के प्रतिभा सम्पन्न आचार्य फवि । मुकलम्, अश्रुतीणा, सम्बोधि आदि अनेक संस्कृत ग्रन्थों एवं विभिन्न विषयों के लगभग पचास हिन्दी ग्रन्थों के रचयिता । हिन्दी ग्रन्थों में उल्लेखनीय हैं : जैन दर्शन के मौलिक तत्त्व, अहिंसा तत्त्व दर्शन, अनुभव चिन्तन मनन, तुम अनन्त शक्ति के स्रोत हो, गागर में सागर, विजय यात्रा, फूल और धगारे, अग्नि जलती है, भाव और अनुभाव आदि ।

आचार्यश्री की देख-रेख में चल रहे आगम-शोध-कार्य के भी आप ही प्रधान निर्देशक और सम्पादक हैं । अभी-यभी आपने दशवैकालिक, उत्तराध्ययन, स्थानाग, समवायाग, आचाराग आदि सूत्रों का विवेचन और सम्पादन किया है ।